Abril

GRANDES RECEITAS
CLAUDIA cozinha

pães e bolos

edição especial

100 guloseimas
para acompanhar o chá da tarde

Cód. 641/478- Nº 30
ISSN 1414689-4

à leitora

Prazer antes e depois

Tem coisa melhor que o cheirinho de pão no forno? Talvez saboreá-lo, ainda quente, com a manteiga derretendo. Hummm!!! Ou prepará-lo, botar a mão na massa, vê-la crescer. Fazer pão em casa é uma das sensações mais gostosas do mundo. Desfrute desse prazer com as receitas doces e salgadas desta edição especial. E complete o seu chá ou café da manhã também com os bolos que selecionamos. Simples ou recheados, eles vão fazer sua família pedir bis. Pode ter certeza.

Wanda Nestlehner
Redatora-chefe
wnestlehner@abril.com.br

DICA DA BETTINA

Procure por este sinal nas páginas da revista. Ele indica as valiosas sugestões de Bettina Orrico, a chef de nossa cozinha experimental.

ENTENDA NOSSAS MEDIDAS

☕ xícara de chá
🥄 colher

AÇÚCAR
- 1 ☕ 180 gramas
- 1 🥄 (sopa) 12 gramas
- 1 🥄 (chá) 4 gramas

CHOCOLATE EM PÓ
- 1 ☕ 90 gramas
- 1 🥄 (sopa) 6 gramas
- 1 🥄 (chá) 3 gramas

ARROZ
- 1 ☕ 200 gramas

FARINHA DE TRIGO
- 1 ☕ 120 gramas
- 1 🥄 (sopa) 7,5 gramas
- 1 🥄 (chá) 2,5 gramas

LÍQUIDOS
(água, óleo...)
- 1 ☕ 240 mililitros
- 1 🥄 (sopa) 15 mililitros
- 1 🥄 (chá) 5 mililitros

MANTEIGA
- 1 ☕ 200 gramas
- 1 🥄 (sopa) 13 gramas
- 1 🥄 (chá) 3 gramas

sumário

receitas desta edição

bolos simples

Bolo branco 08
Bolo com calda de rum 09
Bolo com frutas 10
Bolo com maçã 11
Bolo de açúcar mascavo 12
Bolo de amêndoa 13
Bolo de aveia 14
Bolo de café com crocante de pecã 15
Bolo de café e especiarias 16
Bolo de cenoura com canela 17
Bolo de cenoura com gengibre 18
Bolo de chocolate 19
Bolo de chocolate com maçã 20
Bolo de coco 21
Bolo de damasco 22
Bolo de especiarias 23
Bolo de fubá 24
Bolo de mandioca 25
Bolo de nozes com uva passa 26
Bolo gelado com cobertura de coco 27
Bolo gelado de laranja 28
Bolo invertido de abacaxi 30
Bolo invertido de banana 31
Bolo invertido de pêra 32
Bolo mármore 33
Bolo mexicano de chocolate 34
Bolo morno de chocolate 35
Bolo nega maluca 36
Bolo negro de chocolate 37
Brownie com castanha de caju 38
Brownie com cobertura de pecã 39
Pão-de-ló de Ovar 40

bolos recheados

Bolo americano de chocolate 42
Bolo cetim de chocolate 43
Bolo com geléia de damasco 44
Bolo com recheio de goiabada 45
Bolo com recheio de nozes 46
Bolo de batata-doce e castanha-do-pará 47
Bolo de café com nozes 48
Bolo de castanha-do-pará com cupuaçu 49
Bolo de castanha portuguesa 50
Bolo de chocolate com merengue 51
Bolo de nozes 52
Bolo gelado com amêndoa 53
Bolo gelado com creme inglês 54
Bolo gelado com geléia de morango 56
Bolo gelado cremoso 57
Bolo gelado de chocolate com caramelo 58
Bolo gelado de coco 59
Bolo gelado de laranja 60
Bolo gelado de limão 61
Bolo gelado de maracujá 62
Bolo sem açúcar 63
Cuca com goiabada e banana 64

bolos pequenos

Bolinho com calda de maracujá 66
Bolinho com creme de ricota 67
Bolinho com recheio de geléia 68
Bolinho cremoso de chocolate 69
Bolinho de chocolate com nozes 70
Bolinho de chocolate granulado 72
Bolinho de creme de arroz e coco 73
Bolinho de gengibre 74
Muffin 75
Shortcake de morango 76

pães doces

Colomba pascal 78
Panetone 79
Pão branco com cobertura de açúcar 80
Pão com recheio de creme 81
Pão com ricota e frutas cristalizadas 82
Pão de mel 83
Pãozinho de maçã 84
Pãozinho de mandioca 85
Pãozinho simples 86
Rolinhos com uva passa 87
Rolinhos de canela 88
Rolinhos de castanha-do-pará 89
Rolinhos de pecã 90
Rosca com creme 91
Rosca com damasco e cardamomo 92
Rosca de açúcar mascavo 93
Rosca de mandioca 94
Scone 95
Sonho com recheio de chocolate 96
Stollen 97
Trança de amêndoa e castanha-do-pará 98
Trança de cará 99
Trança de maçã 100

pães salgados

Bisnaga caseira 102
Croissant 103
Focaccia com tomate, queijo e alecrim 104
Pão com espinafre 105
Pão de batata com frango 106
Pão de cebola 107
Pão de ervas 108
Pão de fôrma 109
Pão de queijo de liquidificador 110
Pão de queijo e presunto 111
Pão indiano com sementes de papoula 112
Pão integral 113
Pãozinho de mandioca com lingüiça 114

bolos simples

bolo morno de chocolate
veja receita na página 35

LUIZ ROBERTO PEREIRA

bolo branco

INGREDIENTES

3 (xícara) de **farinha de trigo**
1 1/2 (xícara) de **açúcar**
1 (xícara) de **leite**
1 (xícara) de **manteiga**
3 (colher) (chá) de **fermento químico** em pó
1 (colher) (chá) de **essência de baunilha**
2 **gemas**
2 **ovos**

PARA POLVILHAR
Açúcar de confeiteiro a gosto

ACESSÓRIO
Fôrma de buraco no meio de 23 cm de diâmetro

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura média. Unte a fôrma com manteiga e polvilhe com farinha de trigo.

2 Bata a manteiga com o açúcar. Junte os ovos e as gemas e misture bem. Aos poucos, acrescente o leite e a baunilha, alternando com a farinha e o fermento. Mexa bem.

3 Despeje a massa na fôrma. Asse por 1 hora ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia seco. Retire do forno e desenforme ainda quente. Polvilhe com açúcar de confeiteiro, deixe esfriar e sirva.

fácil

16 fatias

276 calorias por fatia

bolo com calda de rum

DERCÍLIO

DICA DA BETTINA
Se quiser, sirva com pêssegos em calda escorridos e morangos regados com suco de laranja. Decore com tirinhas de casca de laranja e folhas de hortelã.

INGREDIENTES

MASSA
2 (xícara) de **farinha de trigo**
1/2 (xícara) de **água** morna
1/4 (xícara) de **manteiga** amolecida
2 (colher) (sopa) de **açúcar**
1/2 (colher) (chá) de **sal**
3 **ovos**
1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

CALDA
1 1/2 (xícara) de **açúcar**
1 (xícara) de **suco de laranja**
3/4 (xícara) de **água**
3 1/2 (colher) (sopa) de **rum**

ACESSÓRIO
Fôrma de buraco no meio de 23 cm de diâmetro e capacidade para 3 litros

DELÍCIA POLONESA
Este tipo de bolo, que depois de assado é embebido em calda com rum ou licor, é conhecido como babá. De origem polonesa, pode ser enriquecido com passas.

PREPARO

MASSA
1 Unte a fôrma com manteiga. Misture o fermento com a água. Adicione o açúcar, o sal, os ovos, a manteiga e uma xícara e meia da farinha. Bata na batedeira por 2 minutos ou até a massa ficar lisa. Junte a farinha restante e misture até ficar homogêneo.

2 Coloque a massa na fôrma e deixe descansar até dobrar de volume. Aqueça o forno em temperatura alta. Asse por 15 minutos ou até dourar ligeiramente. Desenforme ainda quente e coloque num prato.

CALDA
Ferva o açúcar com a água em fogo alto por 5 minutos. Junte o suco de laranja e o rum. Retire do fogo. Pincele o babá com a calda quente. Sirva ao esfriar.

média dificuldade

12 fatias

322 calorias por fatia

prepare **ANTES**

bolo com frutas

ANTONIO RODRIGUES

fácil

20 fatias

299 calorias por fatia

INGREDIENTES

MASSA

- 3 xícaras de **farinha de trigo**
- 1 1/2 xícara de **açúcar**
- 1 xícara de **manteiga**
- 3/4 xícara de **frutas cristalizadas** picadas
- 3/4 xícara de **uvas passas** sem semente
- 1/2 xícara de **cerejas verdes** em calda
- 1/2 xícara de **cerejas vermelhas** em calda
- 1/2 xícara de **damasco seco** picado
- 1 colher (sopa) de **fermento químico** em pó
- 1/2 colher (chá) de **canela**
- 1/2 colher (chá) de **cravo** em pó
- 6 **ovos**

COBERTURA

- 1 xícara de **açúcar de confeiteiro**
- 3 colheres (sopa) de **leite**

ACESSÓRIO

Fôrma de buraco no meio de 20 cm de diâmetro

PREPARO

MASSA

1 Aqueça o forno em temperatura média e unte a fôrma com manteiga. Numa tigela, junte todos os ingredientes e misture bem com uma colher de pau.

2 Coloque a massa na fôrma. Asse por 35 minutos ou até que, enfiando um palito na massa, ele saia seco. Desenforme quando morno.

COBERTURA

Misture bem o açúcar de confeiteiro com o leite. Com uma colher, espalhe a cobertura sobre o bolo, fazendo desenhos. Deixe esfriar e sirva.

JOÃO ÁVILA

bolo com maçã

fácil

10 fatias

317 calorias por fatia

INGREDIENTES

- 2 xícaras de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **manteiga**
- 3/4 xícara de **açúcar**
- 1/2 colher (sopa) de **casca de limão** ralada
- 1/2 colher (sopa) de **fermento químico** em pó
- 2 **ovos**

PARA DECORAR

- 1 **maçã** verde

PARA POLVILHAR

Açúcar a gosto

ACESSÓRIO

Fôrma de abrir de 23 cm de diâmetro

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura média e unte a fôrma com manteiga. Na batedeira, bata a manteiga e o açúcar até obter uma mistura cremosa. Junte os ovos, um de cada vez, e bata bem. Acrescente a farinha, o fermento e a casca de limão e misture. Coloque a massa na fôrma.

2 Descasque a maçã e corte-a em fatias finas. Disponha as fatias sobre a massa, sobrepondo-as levemente.

3 Asse por 30 minutos ou até que, enfiando um palito no bolo, ele saia seco. Deixe amornar e desenforme. Polvilhe com o açúcar, deixe esfriar e sirva.

JORGE BUTSUEM

bolo de açúcar mascavo

fácil

12 fatias

290 calorias por fatia

INGREDIENTES

Massa

- 1 xícara de **açúcar mascavo** peneirado
- 1 xícara de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **farinha de trigo integral**
- 1/2 xícara de **manteiga**
- 1 colher (sopa) de **fermento químico** em pó
- 3 **ovos**

Cobertura

- 1/2 xícara de **castanha-do-pará** moída
- 4 colheres (sopa) de **manteiga**
- 2 colheres (sopa) de **açúcar mascavo**
- 1 colher (chá) de **casca de limão** ralada

Acessório

Fôrma com 22 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

1. Aqueça o forno em temperatura alta e unte a fôrma com manteiga.

2. Na batedeira, bata a manteiga com o açúcar até obter uma mistura leve. Junte as farinhas, o fermento e os ovos e bata bem.

3. Coloque na fôrma e asse por 50 minutos ou até que, enfiando um palito na massa, ele saia seco. Desenforme e deixe esfriar.

Cobertura

Bata a manteiga com o açúcar até obter um creme claro. Junte a castanha e a casca de limão e bata rapidamente. Cubra o bolo e sirva.

DICA DA BETTINA

Se preferir, apenas polvilhe o bolo com castanha-do-pará moída ou com açúcar de confeiteiro.

FELIPE REIS

bolo de amêndoa

fácil

10 porções

410 calorias por porções

INGREDIENTES

- 1 1/2 xícara de **amêndoa** torrada e moída
- 1 xícara de **farinha de trigo**
- 3/4 xícara de **açúcar**
- 3/4 xícara de **manteiga**
- 1 colher (sopa) de **fermento químico** em pó
- 2 **ovos**

Para decorar

- 2 colheres (sopa) de **amêndoa** em lascas
- 1 colher (sopa) de **açúcar**

Acessório

Fôrma de 20 cm de diâmetro

PREPARO

1. Aqueça o forno em temperatura média e unte a fôrma com manteiga. Na batedeira, bata as claras até obter picos moles.

2. Em outra tigela da batedeira, bata a manteiga com o açúcar até obter um creme claro. Acrescente as gemas, uma de cada vez, batendo sempre. Aos poucos, junte a farinha, a amêndoa e o fermento, sem parar de bater.

3. Desligue o aparelho, adicione as claras e misture delicadamente. Ponha a massa na fôrma e asse por 45 minutos ou até que, enfiando um palito no centro do bolo, ele saia seco.

4. Desenforme e deixe esfriar. Peneire o açúcar sobre o bolo, decore com a amêndoa em lascas e sirva.

ANTONIO RODRIGUES

bolo de aveia

fácil

16 fatias

324 calorias por fatia

INGREDIENTES

Massa

2 ☕ de **farinha de trigo**
1 1/2 ☕ de **açúcar**
1 ☕ de **aveia** em flocos finos
1 ☕ de **manteiga** derretida
1 🥄 (sopa) de **fermento químico** em pó
1/2 🥄 (chá) de **canela**
6 ovos
1 pitada de **sal**

Cobertura

1 ☕ de **açúcar de confeiteiro** peneirado
3 🥄 (sopa) de **suco de limão**

Acessórios

Fôrma de buraco no meio de 24 cm de diâmetro
Saco de confeitar e **bico liso**

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura alta e unte a fôrma com manteiga. Na batedeira, bata os ovos com o açúcar até obter uma mistura fofa. Acrescente a manteiga, a aveia, a farinha, o fermento, a canela e o sal e bata até a massa ficar homogênea. Coloque na fôrma.

2 Asse por 30 minutos ou até dourar. Deixe amornar e desenforme.

Cobertura

Misture o suco de limão com o açúcar. Ponha no saco de confeitar, decore o bolo e sirva.

DICA DA BETTINA

Se quiser, simplesmente espalhe a cobertura sobre o bolo.

bolo de café com crocante de pecã

CLÁUDIO PINHEIRO

média dificuldade

20 pedaços

285 calorias por pedaço

INGREDIENTES

Massa

2 ☕ de **farinha de trigo**
1 1/4 ☕ de **açúcar**
1 ☕ de **leite**
1/2 ☕ de **manteiga**
2 🥄 (sopa) de **mel**
1 🥄 (sopa) de **café solúvel**
1 🥄 (sopa) de **fermento químico** em pó
1 🥄 (chá) de **essência de baunilha**
2 ovos

Crocante

1/4 ☕ de **farinha de trigo**
1/4 ☕ de **pecã** picada
2 🥄 (sopa) de **manteiga** gelada

Cobertura

2 1/4 ☕ de **leite**
3/4 ☕ de **manteiga**
2/3 ☕ de **açúcar**
1/3 ☕ de **farinha de trigo**
2 🥄 (sopa) de **maisena**
2 🥄 (chá) de **baunilha**
3 gemas ligeiramente batidas

Acessórios

Assadeira de 23 x 34 cm
Assadeira pequena

PREPARO

Massa

Aqueça o forno em temperatura média e unte a assadeira grande com manteiga. Misture a farinha, o açúcar, o fermento e o café. Na batedeira, bata três quartos de xícara do leite com a manteiga e o mel. Junte o leite restante, os ovos e a baunilha, alternando com a mistura de farinha. Bata bem. Ponha na assadeira e asse por 30 minutos. Deixe esfriar.

Crocante

Misture a manteiga e a farinha com a ponta dos dedos até obter uma farofa. Junte a pecã e amasse. Espalhe na assadeira pequena e asse por 10 minutos. Ao esfriar quebre em pedacinhos.

Cobertura

Cozinhe a farinha, o açúcar, a maisena e o leite em fogo alto, mexendo sempre, até obter um creme. Retire um pouco do creme e misture com as gemas. Devolva à panela e cozinhe em fogo baixo, mexendo, até ferver. Junte a baunilha. Deixe amornar. Na batedeira, bata a manteiga. Adicione ao creme e deixe esfriar. Espalhe sobre o bolo e polvilhe com o crocante. Corte em pedaços e sirva.

bolo de café e especiarias

fácil

8 fatias

415 calorias por fatia

prepare ANTES

EDUARDO POZELLA

INGREDIENTES

- 2 1/4 de **farinha de trigo**
- 1 de **açúcar**
- 1/2 de **café** forte frio
- 1/2 de **castanha-do-pará** picada
- 1/3 de **manteiga**
- 1/3 de **mel**
- 1 1/2 (chá) de **casca de laranja** ralada
- 1 (chá) de **fermento químico** em pó
- 3/4 (chá) de **bicarbonato de sódio**
- 1/2 (chá) de **canela**
- 1/4 (chá) de **cravo** em pó
- 2 **ovos**

Acessório

Fôrma de bolo inglês de 7 x 12 x 22 cm

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura média e unte bem a fôrma com manteiga.

2 Misture a farinha com o fermento, o bicarbonato, o cravo e a canela.

3 Na batedeira, bata a manteiga com o açúcar. Acrescente os ovos, sem bater, misturando-os bem. Adicione o mel e a casca de laranja e bata bem. Junte o café alternadamente com a mistura de farinha, batendo até a massa ficar lisa e cremosa. Acrescente a castanha e mexa.

4 Ponha a massa na fôrma. Asse por 1 hora e meia ou até que, enfiando um palito, ele saia seco. Desenforme e deixe esfriar.

5 Embrulhe o bolo em papel-alumínio e deixe descansar de um dia para o outro antes de servir.

CLÁUDIO PINHEIRO

bolo de cenoura com canela

fácil

10 fatias

211 calorias por fatia

m
receita para microondas

INGREDIENTES

- 1 de **açúcar**
- 1 de **cenoura** ralada
- 1 de **farinha de trigo**
- 1/3 de **óleo**
- 1 (chá) de **canela**
- 1 (chá) de **fermento químico** em pó
- 4 **ovos**

Para polvilhar

- 2 (sopa) de **açúcar de confeiteiro**

Para decorar

- 2 paus de **canela**

Acessório

Fôrma refratária de 20 cm de diâmetro

PREPARO

1 Na batedeira, bata as claras até obter picos moles. Junte o açúcar e continue batendo até obter picos firmes. Adicione as gemas e bata até a mistura ficar fofa.

2 Numa tigela, junte a cenoura, a farinha e o fermento, mexa e acrescente com cuidado à mistura de gemas. Adicione o óleo e a canela e misture.

3 Coloque no refratário. Asse no microondas, em potência baixa, por 25 minutos ou até firmar. Desenforme quando morno. Deixe esfriar e polvilhe o centro com o açúcar de confeiteiro. Decore com a canela em pau e sirva.

EDUARDO POZELLA

bolo de cenoura com gengibre

fácil

20 fatias

274 calorias por fatia

INGREDIENTES

- 2 (xícara) de **farinha de rosca**
- 1 1/2 (xícara) de **açúcar**
- 1 1/2 (xícara) de **cenoura** ralada fino
- 1 (xícara) de **manteiga**
- 1/2 (colher) (chá) de **casca de limão** ralada
- 1/2 (colher) (chá) de **gengibre** ralado
- 150 g de **avelã** moída
- 6 **ovos**
- 1 pitada de **cravo** em pó
- 1 pitada de **canela**

PARA POLVILHAR

Açúcar de confeiteiro a gosto

ACESSÓRIO

Fôrma de 25 cm de diâmetro

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura alta. Unte a fôrma com manteiga e polvilhe com farinha de rosca.

2 Na batedeira, bata a manteiga com o açúcar até obter uma mistura cremosa. Acrescente os ovos, um a um, batendo bem. Adicione a cenoura, o cravo, a canela, o gengibre, a casca de limão, a avelã e a farinha de rosca. Bata até misturar.

3 Coloque a massa na fôrma. Asse por 30 minutos ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia seco. Desenforme quando morno. Ao esfriar, polvilhe com açúcar de confeiteiro e sirva.

DICA DA BETTINA

Se desejar, decore com cenourinhas de marzipã encontradas em confeitarias.

bolo de chocolate

PEDRO RUBENS

fácil

30 pedaços

214 calorias por pedaço

INGREDIENTES

MASSA

- 2 1/2 (xícara) de **farinha de trigo**
- 2 (xícara) de **açúcar**
- 2 (xícara) de **leite** morno
- 1 (xícara) de **chocolate** em pó
- 1 (xícara) de **manteiga**
- 2 (colher) (sopa) de **fermento químico** em pó
- 1/2 (colher) (chá) de **bicarbonato de sódio**
- 4 **claras** em neve
- 4 **gemas**

COBERTURA

- 2 (xícara) de **leite**
- 3/4 (xícara) de **açúcar**
- 3/4 (xícara) de **chocolate** em pó
- 2 (colher) (sopa) de **manteiga**

ACESSÓRIO

Assadeira de 26 x 40 cm

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura alta e unte a assadeira com manteiga. Bata bem a manteiga com o açúcar. Junte as gemas, uma a uma, batendo sempre. Aos poucos, acrescente a farinha e o chocolate, alternando com o leite, sem parar de bater. Adicione o fermento, o bicarbonato e, por último, as claras. Misture com cuidado.

2 Ponha a massa na fôrma e asse por 50 minutos ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia seco. Deixe esfriar na assadeira.

COBERTURA

Junte todos os ingredientes e cozinhe em fogo médio, mexendo, até começar a engrossar. Ao esfriar espalhe sobre o bolo. Corte em quadrados e sirva.

bolo de chocolate com maçã

ÊNIO BERWANGER

fácil

16 fatias

518 calorias por fatia

INGREDIENTES

MASSA

- 3 xícaras de **farinha de trigo**
- 3 xícaras de **maçã** sem casca em cubinhos
- 2 xícaras de **açúcar**
- 1 1/2 xícara de **óleo**
- 3 colheres (sopa) de **chocolate** em pó
- 1 colher (chá) de **bicarbonato de sódio**
- 1 colher (chá) de **essência de baunilha**
- 3 **ovos**

COBERTURA

- 2 xícaras de **açúcar de confeiteiro**
- 3 colheres (sopa) de **manteiga**
- 2 colheres (sopa) de **água** fervente
- 1 1/2 colher (sopa) de **chocolate** em pó
- 1 colher (sopa) de **café solúvel**

ACESSÓRIO

Fôrma de buraco no meio de 25 cm de diâmetro

PREPARO

MASSA

1 Aqueça o forno em temperatura média e unte a fôrma com manteiga. Na batedeira, bata bem os ovos. Junte o açúcar e o óleo e bata até misturar bem. Adicione o chocolate, o bicarbonato e a baunilha, batendo sempre. Acrescente a farinha e bata até a massa ficar homogênea. Junte a maçã e misture.

2 Coloque a massa na fôrma. Asse por 1 hora ou até que, enfiando um palito, ele saia seco. Desenforme quando morno e deixe esfriar.

COBERTURA

Dissolva o café na água. Junte a manteiga e o chocolate, misturando. Acrescente o açúcar e mexa bem. Cubra o bolo e sirva.

DICA DA BETTINA

Este bolo fica delicioso se servido com sorvete de coco e cerejas em calda.

PEDRO RUBENS

bolo de coco

fácil

12 fatias

334 calorias por fatia

INGREDIENTES

COBERTURA

- 1 1/2 xícara de **coco** fresco ralado
- 1/3 xícara de **açúcar**

MASSA

- 1 1/2 xícara de **farinha de trigo**
- 3/4 xícara de **açúcar**
- 1/2 xícara de **manteiga**
- 1 colher (chá) de **fermento químico** em pó
- 4 **ovos**

PARA REGAR

- 1 xícara de **leite de coco**

ACESSÓRIO

Fôrma de abrir de 23 cm de diâmetro

PREPARO

COBERTURA

Cozinhe o coco com o açúcar em fogo alto, mexendo de vez em quando, até caramelizar. Deixe esfriar. Aqueça o forno em temperatura alta e unte a fôrma com manteiga.

MASSA

1 Na batedeira, bata o açúcar com a manteiga até obter uma mistura fofa. Junte os ovos, um a um, batendo sempre. Acrescente a farinha e o fermento e misture até a massa ficar homogênea.

2 Coloque a massa na fôrma. Por cima, espalhe a cobertura. Asse por 30 minutos ou até que, enfiando um palito, ele saia seco.

3 Regue o bolo com o leite de coco. Deixe esfriar, desenforme e sirva.

PEDRO RUBENS

bolo de damasco

fácil

14 fatias

255 calorias por fatia

INGREDIENTES

Massa

- 2 ☕ de **farinha de trigo**
- 1 ☕ de **geléia de damasco**
- 1/2 ☕ de **manteiga**
- 1 🥄 (sopa) de **fermento químico** em pó
- 1/2 🥄 (chá) de **casca de limão** ralada
- 4 **ovos**

Cobertura

- 1 ☕ de **geléia de damasco**
- 2 🥄 (sopa) de **suco de limão**

Para decorar

- 6 **damascos** secos

Acessório

Fôrma de 25 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

1. Aqueça o forno em temperatura média e unte a fôrma com manteiga.

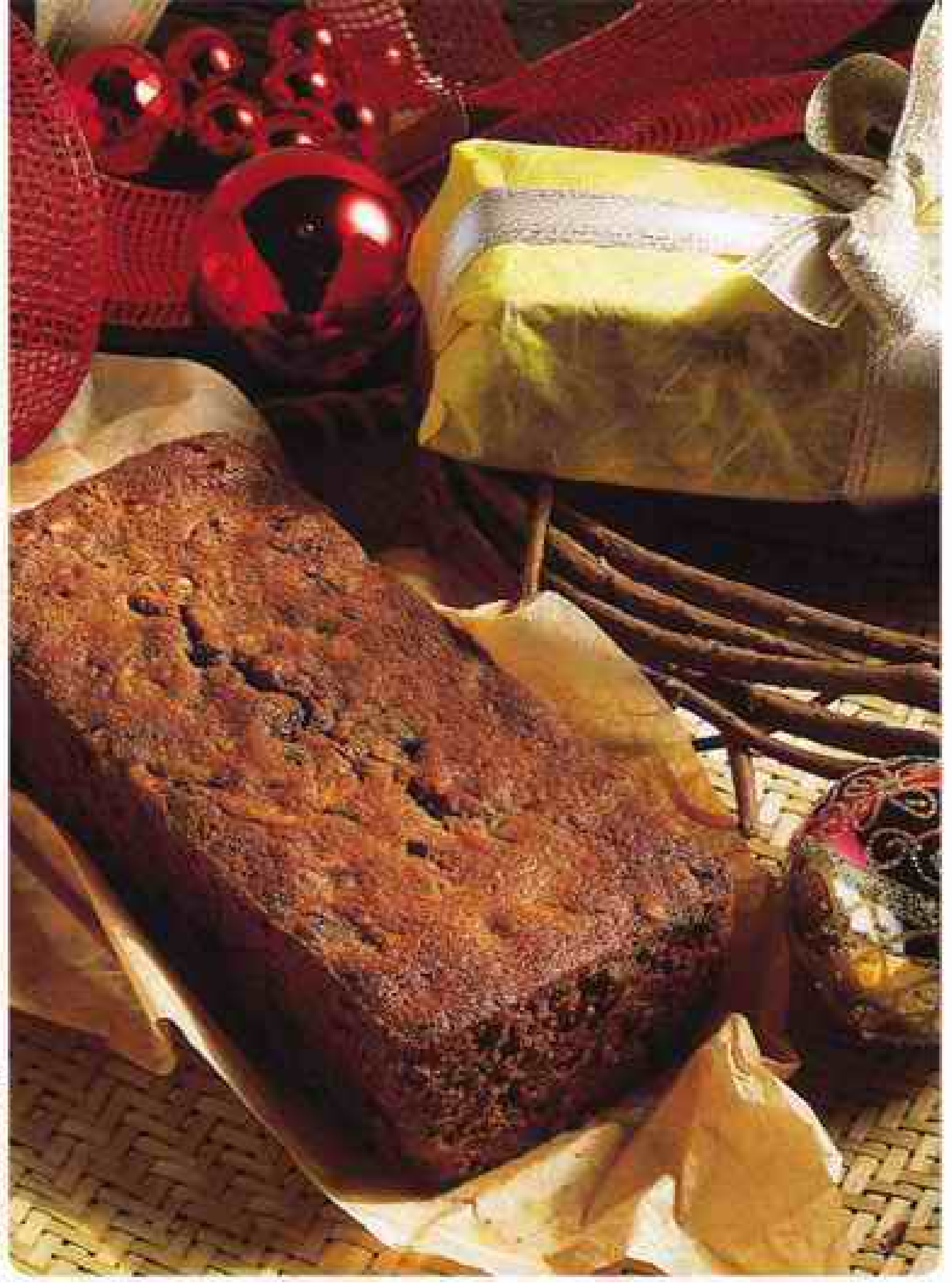
2. Na batedeira, bata a manteiga com a geléia até obter um creme fofo. Junte os ovos, um de cada vez, batendo até misturar bem. Adicione a farinha, a casca de limão e o fermento e bata até ficar homogêneo.

3. Coloque a massa na fôrma. Asse por 40 minutos ou até que, ao enfiar um palito no centro, ele saia seco. Deixe amornar.

Cobertura

Misture bem a geléia com o suco de limão. Desenforme o bolo, cubra com a geléia, decore com os damascos e sirva.

bolo de especiarias


FOTOS: PEDRO RUBENS

fácil

20 fatias

276 calorias por fatia

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

- 2 ☕ de **tâmaras** sem caroço cortadas em quatro pedaços
- 1 1/2 ☕ de **nozes** picadas
- 1 ☕ de **açúcar mascavo**
- 1 ☕ de **farinha de trigo**
- 3/4 ☕ de **gengibre cristalizado** picado
- 3/4 ☕ de **uva passa branca** sem sementes
- 1/2 ☕ de **uva passa preta** sem sementes
- 1/2 ☕ de **manteiga** amolecida
- 1/2 ☕ de **uísque**
- 2 🥄 (sopa) de **casca de laranja** ralada
- 1 🥄 (sopa) de **casca de limão** ralada
- 1 1/2 🥄 (chá) de **fermento químico** em pó
- 1 1/2 🥄 (chá) de **cravo** em pó
- 1 1/2 🥄 (chá) de **noz-moscada** em pó
- 1 1/2 🥄 (chá) de **pimenta-da-jamaica** em pó
- 2 **ovos**

Acessórios

- 2 **fôrmas de bolo inglês** de 5,5 x 9,5 x 20 cm

PREPARO

1. Misture a tâmara, as nozes, as passas, o gengibre, as cascas de laranja e de limão e o uísque. Deixe descansar por 2 horas.

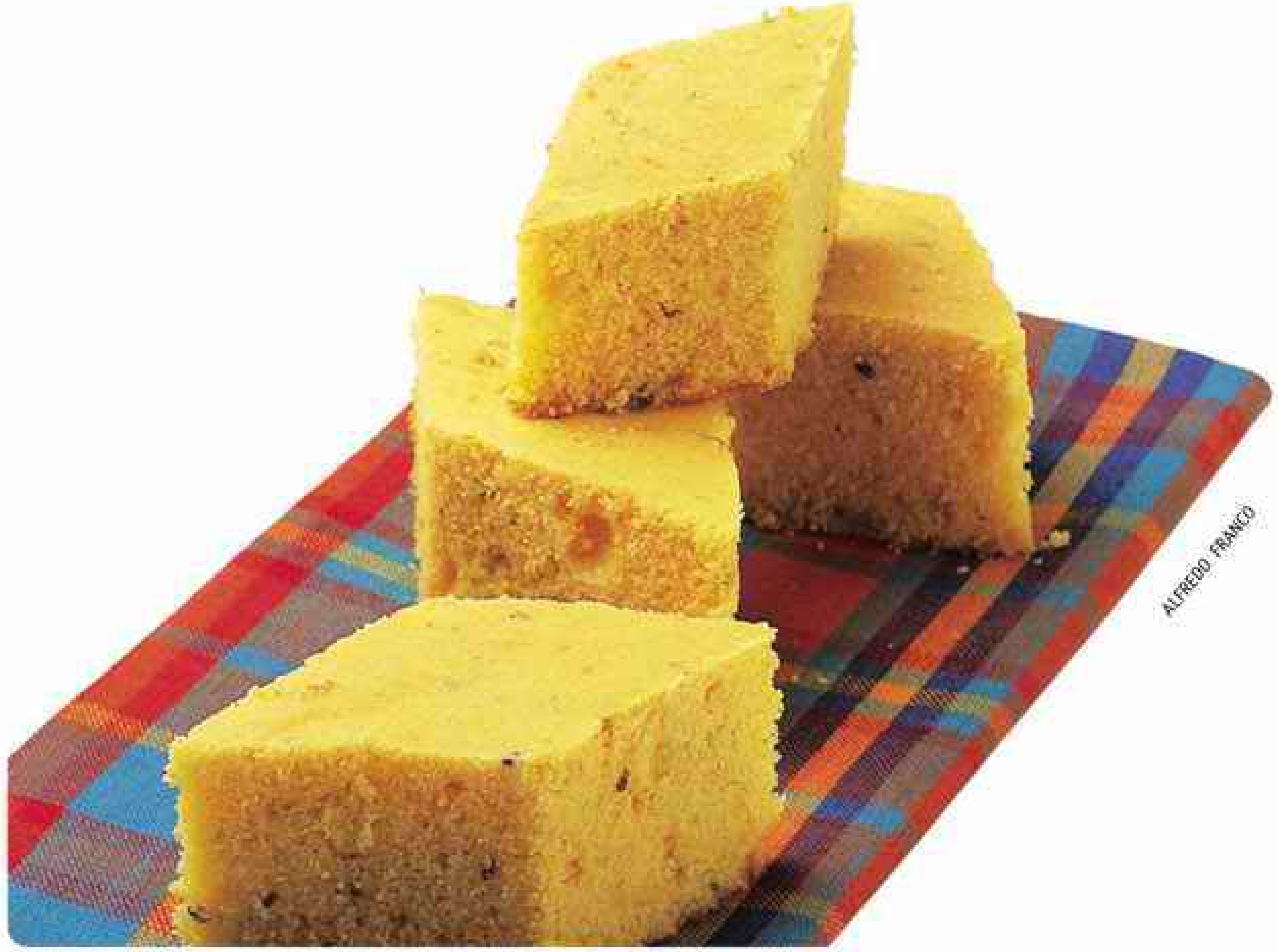
2. Aqueça o forno em temperatura média e unte as fôrmas. Forre o fundo com papel-manteiga e unte-o com manteiga. Polvilhe com farinha.

3. Numa tigela, misture a farinha, o fermento, a noz-moscada, a pimenta e o cravo. Reserve. Na batedeira, bata bem a manteiga com o açúcar. Adicione os ovos, um a um, batendo sempre. Junte os demais ingredientes e misture bem.

4. Despeje a massa nas fôrmas e asse por 40 minutos ou até dourar. Desenforme quando morno.

DICA DA BETTINA

Depois de frios, embrulhe os bolos em filme plástico e, em seguida, em papel-alumínio. Conserve em lugar fresco por até 5 dias antes de servir. Esse procedimento apura o sabor. Se quiser, congele um dos bolos.



ALFREDO FRANCO

bolo de fubá com leite de coco

fácil

16 pedaços

327 calorias por pedaço

INGREDIENTES

- 4 ☕ de **fubá**
- 1 1/2 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **farinha de trigo**
- 1 ☕ de **leite**
- 1 ☕ de **leite de coco**
- 1/2 ☕ de **manteiga**
- 1 🥄 (sopa) de **fermento químico** em pó
- 1 🥄 (sopa) de sementes de **erva-doce**
- 4 **ovos**

ACESSÓRIO

Assadeira de 23 x 30 cm

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura média e unte a assadeira com manteiga.

2 Na batedeira, junte todos os ingredientes e bata por 5 minutos ou até obter uma mistura homogênea.

3 Despeje na assadeira. Asse por 45 minutos ou até que, ao enfiar um palito no centro, ele saia seco.

4 Desenforme quando morno e corte em dezesseis pedaços em forma de losango. Deixe esfriar e sirva.

ANTONIO RODRIGUES

bolo de mandioca

fácil

12 fatias

308 calorias por fatia

INGREDIENTES

- 2 ☕ de **açúcar**
- 1 1/2 ☕ de **água**
- 1 ☕ de **leite de coco**
- 1/2 🥄 (sopa) de **manteiga** derretida
- 1 kg de **mandioca**
- 2 **ovos**
- 1 pitada de **sal**

ACESSÓRIO

Fôrma de buraco no meio de 22 cm de diâmetro

PREPARO

1 Descasque a mandioca. Lave em água corrente e rale em seguida. Ponha sobre um pano fino e esprema bem, deixando o líquido descansar por 15 minutos ou até a goma se depositar no fundo.

2 Aqueça o forno em temperatura alta e unte a fôrma com manteiga. Escorra o líquido, deixando só a goma no fundo da vasilha. Misture a mandioca ralada com a goma. Acrescente meia xícara do leite de coco e a água. Junte o açúcar, o sal, a manteiga e os ovos. Misture bem.

3 Ponha a mistura na fôrma e asse por 30 minutos. Regue o bolo com um quarto de xícara do leite de coco e asse por mais 30 minutos. Aumente a temperatura do forno. Regue com o leite de coco restante e asse por 30 minutos ou até dourar ligeiramente. Deixe esfriar, desenforme e sirva.

ANTONIO RODRIGUES

JOÃO ÁVILA

bolo de nozes com uva passa

fácil

8 fatias

462 calorias por fatia

INGREDIENTES

- 1 xícara de **açúcar**
- 1 xícara de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **nozes** picadas
- 1/2 xícara de **óleo**
- 1/2 xícara de **uva passa branca** sem sementes
- 1/2 colher (sopa) de **fermento químico** em pó
- 3 **ovos**

PARA POLVILHAR

- 2 colheres (sopa) de **açúcar**
- 1/4 xícara de **nozes** picadas

ACESSÓRIO

Fôrma de buraco no meio de 18 cm de diâmetro

PREPARO

1. Aqueça o forno em temperatura média e unte a fôrma com manteiga.
2. Numa tigela, junte todos os ingredientes e misture bem.
3. Despeje a massa na fôrma. Asse por 35 minutos ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia seco. Deixe amornar e desenforme.
4. Misture o açúcar com as nozes picadas e polvilhe sobre o bolo. Deixe esfriar antes de servir.

bolo gelado com cobertura de coco

fácil

20 pedaços

296 calorias por pedaço

prepare ANTES

INGREDIENTES

MASSA

- 2 xícaras de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **açúcar**
- 1 xícara de **manteiga**
- 1/2 xícara de **leite**
- 1 colher (chá) de **fermento químico** em pó
- 1/2 colher (chá) de **bicarbonato de sódio**
- 4 **ovos**

CALDA

- 3/4 xícara de **leite**
- 1 lata de **leite condensado**

PARA ENVOLVER

- 200 g de **coco fresco** ralado

ACESSÓRIO

Assadeira de 20 x 30 cm

PREPARO

MASSA

1. Aqueça o forno em temperatura alta e unte a assadeira com manteiga. Na batedeira, junte todos os ingredientes, exceto o leite, e bata bem. Adicione o leite e bata até a massa ficar homogênea.
2. Ponha a massa na assadeira. Asse por 20 minutos ou até que, enfiando um palito, ele saia seco. Deixe esfriar e desenforme. Corte em 20 pedaços.

CALDA

1. Numa tigela funda, misture o leite condensado com o leite. Passe cada pedaço na calda e depois envolva com o coco ralado.
2. Embrulhe os pedaços, um a um, em papel-alumínio. Deixe gelar bem antes de servir.

DICA DA BETTINA

Se preferir, substitua o coco fresco por coco seco vendido em pacotes.

JOÃO ÁVILA

bolos simples

bolo gelado de laranja

INGREDIENTES

1 1/2 xícara de **farinha de trigo**
2 1/4 xícara de **açúcar**
1 xícara de **suco de laranja**
1 1/2 colher (sopa) de **fermento químico** em pó
6 ovos

PARA REGAR

2 1/2 xícara de **suco de laranja**
3 colheres (sopa) de **açúcar**

PARA DECORAR

1/4 xícara de **açúcar de confeiteiro**
5 laranjas separadas em **gomos**

ACESSÓRIO

Fôrma de 24 cm de diâmetro

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura alta e unte a fôrma com manteiga.

2 Bata as claras em neve. Aos poucos, sem parar de bater, acrescente o açúcar. Junte as gemas, uma a uma, batendo bem. Adicione a farinha misturada com o fermento, alternando com o suco de laranja.

3 Coloque a massa na fôrma. Asse por 1 hora ou até que, enfiando um palito no centro do bolo, ele saia seco.

4 Com um palito comprido, faça furos profundos no bolo. Misture o suco de laranja com o açúcar e regue o bolo. Deixe descansar por 30 minutos para desenformar. Deixe na geladeira por 1 hora, no mínimo.

5 Disponha os gomos de laranja, sobrepondo-os levemente, em cima do bolo. Polvilhe com açúcar de confeiteiro e sirva.

média dificuldade

15 fatias

272 calorias por fatia

prepare **ANTES**

DICA DA BETTINA

Para separar a laranja em gomos, descasque-a com uma faca afiada e retire a pele branca. Corte entre a polpa e a película separando os gomos. Remova-os em seguida.

LUIZ HENRIQUE MENDES

CCOZ. ESP Bolos Simples 06/01/2004 15:52 Page 30

bolo invertido de abacaxi

fácil

8 fatias

312 calorias por fatia

m receita para microondas

INGREDIENTES

- 1/3 de **açúcar mascavo**
- 2 (sopa) de **manteiga**
- 2 (sopa) de **uva passa preta**
- 1 lata de **abacaxi em calda**

MASSA

- 1 de **farinha de trigo**
- 2/3 de **açúcar**
- 1/3 de **manteiga**
- 1 1/2 (chá) de **fermento químico** em pó
- 1/2 (chá) de **essência de baunilha**
- 2 **ovos**
- 1 pitada de **sal**

ACESSÓRIO

Refratário com 24 cm de diâmetro

PREPARO

1 Escorra o abacaxi e reserve a calda. Corte as fatias ao meio. No refratário, coloque a manteiga e aqueça no microondas, em potência alta, por 40 segundos ou até derretê-la. Junte o açúcar mascavo e uma colher (sopa) da calda do abacaxi e misture.

2 Disponha as fatias de abacaxi decorativamente no fundo do refratário e enfeite com as passas. Reserve.

MASSA

1 Misture a farinha com o fermento e o sal. Na batedeira, bata a manteiga por 30 segundos. Acrescente o açúcar e a baunilha e bata até a mistura ficar fofa. Adicione os ovos e bata bem. Junte a farinha, alternando com um terço de xícara da calda do abacaxi, e bata até a massa ficar homogênea. Despeje no refratário.

2 Cozinhe, em potência média, por 16 minutos. Deixe descansar por 5 minutos e desenforme. Sirva morno ou frio.

bolos simples

bolo invertido de banana

FOTOS: PEDRO RUBENS

fácil

9 pedaços

374 calorias por pedaço

INGREDIENTES

- 1/2 de **açúcar**
- 1/2 de **água**
- 1 (sopa) de **essência de baunilha**
- 2 **bananas-da-terra** grandes cortadas em rodelas de 1 cm

MASSA

- 2 1/3 de **farinha de trigo**
- 1 de **leite**
- 1 de **melado**
- 1/3 de **manteiga**
- 2 (sopa) de **gengibre** ralado
- 1/2 (sopa) de **fermento químico** em pó
- 1 (chá) de **canela**
- 1/2 (chá) de **cravo** em pó
- 1/2 (chá) de **sal**

ACESSÓRIO

Refratário quadrado de 21 cm

PREPARO

Aqueça o forno em temperatura média e unte o refratário com manteiga. Cozinhe a banana com o açúcar, a baunilha e a água em fogo alto, mexendo, até ficar macia. Escorra e arrume no fundo do refratário.

MASSA

1 Misture a farinha com o fermento, o sal, o gengibre, a canela e o cravo.

2 Ferva a manteiga e o melado em fogo médio, mexendo, por 2 minutos. Aos poucos, adicione o leite, alternando com a mistura de farinha, batendo sempre, até a massa ficar homogênea.

3 Ponha a massa no refratário e asse por 40 minutos ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia seco. Desenforme e sirva em seguida.

CLÁUDIO PINHEIRO

bolo invertido de pêra

fácil

12 fatias

224 calorias por fatia

INGREDIENTES

- 1 1/2 (xícara) de **farinha de trigo**
- 1/2 (xícara) de **açúcar mascavo**
- 1/2 (xícara) de **leite**
- 1/2 (xícara) de **manteiga** amolecida
- 1/2 (xícara) de **melado**
- 1 (colher) (sopa) de **canela**
- 1 1/2 (colher) (chá) de **fermento químico** em pó
- 1 (colher) (chá) de **gengibre** ralado
- 1/2 (colher) (chá) de **bicarbonato de sódio**
- 1/2 (colher) (chá) de **cravo** em pó
- 1/2 (colher) (chá) de **essência de baunilha**
- 1/2 (colher) (chá) de **sal**
- 1 **ovo** grande
- 2 **peras** médias, maduras e firmes (400 g)

ACESSÓRIO

Fôrma de 20 cm de diâmetro

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura média e unte a fôrma com manteiga. Numa tigela, ponha a farinha, a canela, o gengibre, o fermento, o sal, o cravo e o bicarbonato, mexendo bem. Misture o leite à baunilha.

2 Na batedeira, bata a manteiga com o açúcar mascavo até obter uma mistura cremosa. Adicione o ovo e bata mais um pouco. Acrescente o melado e bata novamente. Junte a mistura de farinha, alternando com a mistura de leite, batendo sempre, até a massa ficar homogênea.

3 Descasque as peras e corte em fatias finas. Forre o fundo da fôrma com as fatias. Cubra com a massa. Asse por 35 minutos ou até que, enfiando um palito, ele saia seco. Desenforme quando morno e sirva.

LUIZ ROBERTO PEREIRA

DICA DA BETTINA
Este bolo fica muito bom quando acompanhado de sorvete e calda de chocolate.

bolo mármore

fácil

20 pedaços

236 calorias por pedaço

INGREDIENTES

MASSA

- 2 (xícara) de **farinha de trigo**
- 1 1/4 (xícara) de **açúcar**
- 1 (xícara) de **leite**
- 1/2 (xícara) de **manteiga**
- 2 (colher) (sopa) de **melado**
- 4 (colher) (chá) de **fermento em pó**
- 1 (colher) (chá) de **canela**
- 1 (colher) (chá) de **essência de baunilha**
- 1/2 (colher) (chá) de **cravo** em pó
- 2 **ovos**

COBERTURA

- 2 (xícara) de **açúcar de confeiteiro** peneirado
- 4 (colher) (sopa) de **manteiga**
- 2 (colher) (sopa) de **leite**
- 1 (colher) (sopa) de **suco de limão**
- 1 (colher) (chá) de **casca de limão** ralada

ACESSÓRIO

Assadeira de 20 x 30 cm

PREPARO

MASSA

1 Aqueça o forno em temperatura média, unte e enfarinhe a assadeira. Misture a farinha com o fermento. Na batedeira, bata a manteiga, adicionando o açúcar aos poucos. Junte os ovos, um de cada vez, batendo sempre. Misture o leite com a baunilha. Acrescente à mistura de ovos alternadamente com a farinha, sem parar de bater. Reserve.

2 Retire um terço da massa, ponha numa tigela e junte o melado, o cravo e a canela. Ponha colheradas dessa massa e da reservada, alternadamente, na assadeira. Asse por cerca de 40 minutos. Desenforme quando morno e deixe esfriar.

COBERTURA

Bata a manteiga. Junte o leite, a casca e o suco de limão. Misture bem. Adicione o açúcar e bata até ficar cremoso. Espalhe sobre o bolo. Corte em pedaços de 5 x 6 cm e sirva.

JOÃO ÁVILA

DICA DA BETTINA
Você pode preparar o bolo com um dia de antecedência, embrulhá-lo em papel-alumínio e guardar na geladeira.

bolo mexicano de chocolate

fácil

10 fatias

402 calorias por fatia

INGREDIENTES

Massa
- 2/3 xícara de **açúcar**
- 1/2 xícara de **manteiga**
- 1/4 xícara de **farinha de trigo**
- 1 colher (chá) de **canela**
- 150 g de **chocolate** meio amargo picado
- 3 **ovos**

Calda
- 1/2 xícara de **água** fervente
- 1/3 xícara de **manteiga** em pedacinhos
- 2 colheres (sopa) de **café solúvel**
- 200 g de **chocolate** meio amargo picado

Acessório
Fôrma de bolo inglês de 9,5 x 10 x 20 cm

PREPARO

Massa
1 Aqueça o forno em temperatura média. Unte a fôrma com manteiga, forre com papel-manteiga e unte também o papel. Polvilhe com farinha.

2 Derreta o chocolate com a manteiga em fogo baixo, mexendo sempre. Na batedeira, bata bem as gemas. Aos poucos, adicione o açúcar sem parar de bater. Junte o chocolate. Acrescente a farinha e a canela.

3 Bata as claras em neve. Acrescente à mistura, mexendo com cuidado. Despeje na fôrma. Asse por 50 minutos ou até que, enfiando um palito, ele saia seco. Desenforme quando morno. Deixe esfriar.

Calda
Dissolva o café na água. Cozinhe todos os ingredientes em fogo médio, misturando com um batedor de mão, até a calda ficar lisa. Sirva à parte, acompanhando o bolo.

bolo morno de chocolate

CLÁUDIO PINHEIRO

fácil

8 porções

414 calorias por porção

INGREDIENTES

Cobertura
- 1/2 xícara de **creme de leite** fresco
- 1/2 xícara de **geléia de framboesa**
- 90 g de **chocolate** meio amargo picado

Massa
- 1 xícara de **farinha de trigo**
- 1/2 xícara de **água** fervente
- 1/2 xícara de **manteiga** amolecida
- 1/3 xícara de **açúcar**
- 1/3 xícara de **açúcar mascavo**
- 1/3 xícara de **cacau** em pó
- 1/3 xícara de **geléia de framboesa**
- 1/4 xícara de **leite**
- 3/4 colher (chá) de **bicarbonato de sódio**
- 1/2 colher (chá) de **baunilha**
- 1/4 colher (chá) de **sal**
- 2 **ovos** grandes

Para decorar
- 1/2 xícara de **framboesa** fresca

Acessório
Fôrma com 20 cm de diâmetro

PREPARO

Cobertura
Unte a fôrma com manteiga. Cozinhe todos os ingredientes em fogo baixo, mexendo, até a mistura ficar homogênea. Espalhe no fundo da fôrma.

Massa
1 Aqueça o forno em temperatura média. Misture a água ao cacau. Adicione o leite, a baunilha e a geléia e misture bem.

2 Na batedeira, bata a manteiga com os dois tipos de açúcar até obter um creme. Adicione os ovos, batendo bem. Peneire a farinha com o bicarbonato e o sal e, aos poucos, junte à mistura de ovos, alternando com a mistura de cacau. Bata até a massa ficar homogênea.

3 Despeje na fôrma e asse por 30 minutos. Desenforme quando morno. Decore com as framboesas e sirva em seguida.

PEDRO RUBENS

bolo nega maluca

fácil

12 pedaços

489 calorias por pedaço

INGREDIENTES

MASSA

- 2 xícaras de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **açúcar**
- 1 xícara de **chocolate** em pó
- 1 xícara de **leite** fervente
- 1 xícara de **óleo**
- 1 colher (sopa) de **fermento químico** em pó
- 2 **ovos**

COBERTURA

- 3 xícaras de **leite** quente
- 1 xícara de **açúcar**
- 1 xícara de **chocolate** em pó
- 1 colher (sopa) de **manteiga**

ACESSÓRIO

Fôrma de 25 x 18 cm

PREPARO

MASSA

1 Aqueça o forno em temperatura média. Unte a assadeira com manteiga e polvilhe com farinha. Bata os ovos com o açúcar por 5 minutos. Junte o óleo e o chocolate e bata por mais 3 minutos.

2 Acrescente a farinha e o fermento e mexa. Junte o leite e misture.

3 Despeje a massa na fôrma e asse por 30 minutos ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia seco. Desenforme depois de morno.

COBERTURA

Cozinhe em fogo médio a manteiga, o leite, o açúcar e o chocolate. Deixe ferver por 20 minutos, mexendo de vez em quando, até engrossar. Espalhe sobre o bolo e corte-o em quadrados para servir.

EDUARDO POZELLA

bolo negro de chocolate

fácil

12 fatias

199 calorias por fatia

INGREDIENTES

- 3/4 xícara de **açúcar**
- 1/2 xícara de **farinha de trigo**
- 1/3 xícara de **manteiga** em temperatura ambiente
- 200 g de **chocolate** meio amargo picado
- 4 **ovos**

ACESSÓRIO

Fôrma de 20 cm de diâmetro

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura alta e unte a fôrma com manteiga. Leve o chocolate e a manteiga ao fogo baixo, sem deixar ferver, mexendo de vez em quando, até o chocolate derreter.

2 Junte o açúcar e misture bem. Retire do fogo. Acrescente a farinha e os ovos e misture. Despeje na fôrma.

3 Asse por 20 minutos ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia seco. Deixe esfriar, desenforme e sirva.

DICA DA BETTINA

Acompanhe o bolo com sorvete de creme ou creme chantilly.

ORIGEM AMERICANA

O brownie é um bolo americano de massa úmida preparado com chocolate meio amargo derretido. Em geral é enriquecido com nozes.

CLÁUDIO PINHEIRO

brownie com castanha de caju

fácil

15 pedaços

425 calorias por pedaço

INGREDIENTES

- 2 de **açúcar**
- 1 1/3 de **farinha de trigo**
- 1 de **castanha de caju** picada
- 2/3 de **óleo**
- 2 (chá) de **essência de baunilha**
- 1 (chá) de **fermento químico** em pó
- 60 g de **chocolate** meio amargo em pedaços
- 4 **ovos**

Acessório

Assadeira de 18 x 25 cm

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura média. Unte a assadeira com manteiga e polvilhe com farinha de trigo. Num refratário pequeno apoiado sobre uma panela com água bem quente, coloque o chocolate e deixe descansar, sem mexer, por 5 minutos. Mexa-o delicadamente até derreter.

2 Na batedeira, bata os ovos até obter uma mistura leve. Aos poucos, adicione o açúcar e bata até misturar bem. Junte o óleo, o chocolate e a baunilha e mexa. Adicione a farinha, o fermento e a castanha e misture até obter uma massa homogênea.

3 Ponha a massa na assadeira. Asse por 40 minutos. O centro do bolo deve estar ainda úmido. Deixe esfriar e corte em quadrados de 5 cm.

brownie com cobertura

LUIZ ROBERTO PEREIRA

fácil

16 pedaços

315 calorias por pedaço

INGREDIENTES

Massa

- 1 de **açúcar mascavo**
- 1/4 de **farinha de trigo**
- 1/2 de **manteiga**
- 1 (chá) de **baunilha**
- 1/2 (chá) de **fermento químico** em pó
- 150 g de **chocolate** meio amargo picado
- 2 **ovos**
- 1 pitada de **sal**

Cobertura

- 1 1/2 de **pecãs**
- 3/4 de **açúcar**
- 1/3 de **creme de leite**
- 1/4 de **glucose de milho** (Karo)
- 3 (sopa) de **água**
- 1 (chá) de **baunilha**

Acessório

Refratário quadrado de 21 cm de lado

DICA DA BETTINA

Este bolo pode ser guardado num recipiente bem fechado, em camadas separadas com papel-manteiga, em lugar fresco, por até cinco dias.

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura média. Unte e enfarinhe o refratário. Derreta o chocolate com a manteiga em fogo baixo.

2 Quando o chocolate estiver morno, junte o açúcar mascavo, a baunilha e os ovos, batendo com uma colher de pau até a mistura ficar lisa.

3 Peneire a farinha com o fermento e o sal. Junte à mistura de chocolate e bata até a massa ficar homogênea.

4 Ponha no refratário. Asse por 20 minutos. O centro do bolo deve estar úmido. Deixe esfriar.

Cobertura

Cozinhe o açúcar com a glucose e a água em fogo médio até ficar cor de caramelo. Retire do fogo. Com cuidado, adicione o creme de leite e a baunilha e, depois, as pecãs. Espalhe sobre o brownie. Deixe esfriar, corte em quadrados de 5 cm e sirva.

JORGE BUTSUEM

pão-de-ló de Ovar

fácil

12 fatias

251 calorias por fatia

INGREDIENTES

- 1 ☕ de **açúcar**
- 1/2 ☕ de **farinha de trigo**
- **9 gemas**
- **2 ovos**

ACESSÓRIO

Fôrma alta de 25 cm de diâmetro

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura média. Unte a fôrma com manteiga, forre com papel-manteiga e unte também o papel.

2 Na batedeira, bata o açúcar com as gemas e os ovos por 20 minutos. Peneire a farinha por cima e misture delicadamente com uma colher de pau.

3 Ponha a massa na fôrma. Asse por 25 minutos ou até ficar bem dourado por fora e levemente cremoso no centro. Deixe esfriar, desenforme e retire o papel. Sirva.

BEM TÍPICO

Este é um tradicional pão-de-ló de Portugal. Lá não é costume cortá-lo. Os pedaços são retirados com as mãos.

bolo de chocolate com merengue

veja receita na página 51

bolo americano de chocolate

TRADIÇÃO
Conhecido como devil's food cake, este bolo úmido e escuro é adorado pelos americanos.

média dificuldade

16 fatias

332 calorias por fatia

INGREDIENTES

Massa
- 1 3/4 ☕ de **farinha de trigo**
- 1 1/2 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **leite**
- 1/2 ☕ de **manteiga**
- 1/3 ☕ de **chocolate** meio amargo picado
- 1 1/2 🥄 (sopa) de **suco de limão**
- 1 1/2 🥄 (chá) de **bicarbonato de sódio**
- 1 🥄 (chá) de **baunilha**
- 2 **ovos** grandes

Recheio
- 2 ☕ de **açúcar de confeiteiro**
- 1/2 ☕ de **chocolate** meio amargo picado
- 1/3 ☕ de **leite**
- 3 🥄 (sopa) de **manteiga**

Acessórios
- 2 **fôrmas** de 22 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

1 Derreta o chocolate e deixe esfriar. Aqueça o forno em temperatura média. Unte as fôrmas com manteiga e polvilhe com farinha. Misture o leite com o suco de limão e deixe descansar por alguns minutos.

2 Na batedeira, bata o leite azedo com os demais ingredientes. Despeje nas fôrmas e asse por 30 minutos ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia seco. Quando estiverem mornos, desenforme.

Recheio

Derreta a manteiga e o chocolate em fogo baixo. Acrescente o açúcar e o leite e bata até ficar cremoso. Ponha a panela numa vasilha com água e gelo e bata até obter consistência para espalhar. Reserve.

Montagem

Ponha um dos bolos num prato e espalhe por cima parte do creme. Cubra com o outro bolo. Espalhe o creme restante.

FOTOS: ANTONIO RODRIGUES

bolo cetim de chocolate

média dificuldade

12 fatias

365 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

Massa
- 1 1/2 ☕ de **farinha de trigo**
- 1 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **chocolate** em pó
- 1/2 ☕ de **leite**
- 1 🥄 (sopa) de **suco de limão**
- 1 🥄 (chá) de **fermento químico** em pó
- 3 **ovos**

Recheio
- 1 ☕ de **açúcar**
- 1/2 ☕ de **água**
- 1 🥄 (sopa) de **manteiga**
- 200 g de **chocolate** meio amargo picado
- 4 **gemas**

Acessórios
- 2 **fôrmas** de 21 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura alta e unte as fôrmas com manteiga. No liquidificador, bata todos os ingredientes até obter uma mistura lisa.

2 Despeje a mistura nas fôrmas e asse por 30 minutos ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia seco. Desenforme quando estiver morno.

Recheio

Leve o açúcar e a água ao fogo alto até obter ponto de **fio forte**. Bata as gemas e o chocolate no liquidificador e despeje a calda, em fio, sem parar de bater. Junte a manteiga, batendo sempre, até obter um creme liso. Reserve.

Montagem

Coloque um dos bolos num prato e espalhe por cima parte do creme. Cubra com o outro bolo. Espalhe o creme restante. Enfeite com cerejas.

DICA DA BETTINA
Molhe a ponta do polegar e a do indicador e pegue um pouco de calda. Ao afastar os dedos, deve se formar um fio resistente que estica sem se romper.

FOTOS: EDUARDO POZELLA

bolo com geléia de damasco

fácil

12 pedaços

211 calorias por pedaço

INGREDIENTES

Massa

1/2 xícara de **açúcar**
1/2 xícara de **farinha de trigo**
6 **ovos**
1 pitada de **sal**

Recheio

2 xícaras de **leite**
1/2 xícara de **geléia de damasco**
1/4 xícara de **açúcar**
2 colheres (sopa) de **maisena**
2 colheres (chá) de **gengibre** ralado
2 **gemas**

Para polvilhar

1/4 xícara de **castanha-do-pará** picada

Acessórios

Assadeira de 26 x 40 cm
Saco de confeitar e **bico liso**

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura alta e unte a assadeira com manteiga. Bata as claras em neve e aos poucos junte o açúcar, batendo sempre. Adicione as gemas e bata por mais 10 minutos. Acrescente a farinha e o sal peneirados, misturando delicadamente.

2 Despeje a massa na assadeira e asse por 25 minutos ou até dourar. Ao esfriar, desenforme sobre uma superfície polvilhada com açúcar. Divida a massa em duas camadas.

Recheio

Misture todos os ingredientes, exceto a geléia. Cozinhe em fogo alto até ferver e engrossar. Passe por uma peneira e reserve.

Montagem

Espalhe metade da geléia sobre uma parte do bolo. Cubra com dois terços do creme reservado. Coloque a outra parte por cima e espalhe a geléia restante sobre ela. Ponha o creme reservado num saco de confeitar e decore o bolo. Polvilhe com a castanha picada.

bolo com recheio de goiabada

fácil

12 pedaços

271 calorias por pedaço

INGREDIENTES

Massa

1/2 xícara de **açúcar**
1/2 xícara de **farinha de trigo**
6 **ovos**
1 pitada de **sal**

Recheio

1/4 xícara de **água**
350 g de **goiabada** cortada em pedaços

Cobertura

2 xícaras de **açúcar de confeiteiro**
5 colheres (sopa) de **suco de limão**

Para polvilhar

Canela em pó a gosto

Acessório

Assadeira de 26 x 40 cm

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura alta e unte a assadeira com manteiga. Na batedeira, bata as claras em neve. Aos poucos, adicione o açúcar, sem parar de bater. Junte as gemas e bata por 10 minutos. Acrescente a farinha e o sal peneirados e misture com cuidado.

2 Despeje a massa na assadeira e asse por 25 minutos ou até dourar e soltar dos lados. Desenforme quando estiver frio sobre uma superfície polvilhada com açúcar e divida em duas camadas.

Recheio

Derreta a goiabada na água em fogo alto. Espalhe sobre uma metade do bolo e cubra com a outra. Reserve.

Cobertura

Misture o açúcar com o suco de limão e cubra todo o bolo. Polvilhe com a canela. Corte em quadrados de 6 cm e sirva.

FELIPE REIS

bolo com recheio de nozes

média
dificuldade

18
fatias

230
calorias
por fatia

INGREDIENTES

Massa

- 1 1/3 xícara de **farinha de trigo**
- 1/4 xícara de **açúcar**
- 6 colheres (sopa) de **manteiga** derretida
- 2 colheres (chá) de **essência de baunilha**
- **6 ovos**

Recheio

- 1 xícara de **açúcar**
- 1 xícara de **nozes** picadas
- 1/2 xícara de **água**
- 1/4 xícara de **leite**
- 1 colher (chá) de **essência de baunilha**
- **4 gemas**

Cobertura

- 1/2 xícara de **açúcar**
- **4 claras**

Acessórios

- **2 fôrmas** de 20 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

Aqueça o forno em temperatura média e unte as fôrmas com manteiga. Na batedeira, bata bem os ovos com o açúcar. Junte a baunilha. Aos poucos, adicione a farinha e misture. Acrescente a manteiga e mexa. Despeje nas fôrmas e asse por 30 minutos ou até dourar. Desenforme quando estiver morno.

Recheio

Cozinhe o açúcar na água até atingir o ponto de mel (esfrie um pouco e veja se desliza entre os dedos). Junte as gemas e o leite. Mexa até engrossar. Adicione as nozes e a baunilha e misture. Ponha um dos bolos num prato e por cima espalhe o recheio. Cubra com o outro bolo e reserve.

Cobertura

Aqueça o forno em temperatura alta. Bata as claras até obter picos moles. Aos poucos, junte o açúcar, batendo sempre até obter picos firmes. Espalhe sobre o bolo e asse por 5 minutos ou até dourar ligeiramente.

ANTONIO RODRIGUES

bolo de batata-doce e castanha-do-pará

fácil

16
fatias

343
calorias
por fatia

INGREDIENTES

Massa

- 2 1/4 xícara de **açúcar**
- 1 xícara de **castanha-do-pará** moída
- 2 colheres (chá) de **fermento químico** em pó
- 400 g de **batata-doce** cozida e descascada
- **8 ovos**

Recheio

- 3/4 xícara de **geléia de damasco**

Cobertura

- 1/2 xícara de **geléia de damasco**
- 1 xícara de **castanha-do-pará** moída

Acessórios

- **2 fôrmas** de 30 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura média. Unte as fôrmas com manteiga e polvilhe com farinha de rosca. Passe a batata-doce no espremedor.

2 Bata o açúcar com as gemas até obter uma mistura fofa. Junte o purê de batata-doce e bata mais um pouco. Acrescente os ingredientes restantes, exceto as claras, e mexa bem.

3 Bata as claras em neve e misture com cuidado à massa. Despeje nas fôrmas e asse por 40 minutos ou até que, enfiando um palito na massa, ele saia seco. Desenforme ao esfriar.

Recheio

Ponha um dos bolos num prato e cubra com a geléia. Por cima coloque o outro bolo. Espalhe a geléia por todo o bolo e, por cima, a castanha. Se quiser, decore com lascas de castanha.

ANDRE FORTES

bolo de café com nozes

média
dificuldade

12
fatias

542
calorias
por fatia

INGREDIENTES

Massa

- 1 1/2 de **farinha de trigo**
- 1 de **açúcar**
- 1/2 de **manteiga** derretida
- 4 (sopa) de **água**
- 2 (sopa) de **café solúvel**
- **6 ovos**
- 1 pitada de **sal**

Recheio

- 1 1/2 de **manteiga**
- 1 1/2 de **açúcar de confeiteiro**
- 1 1/4 de **nozes** picadas
- 4 (sopa) de **café solúvel**
- 4 (sopa) de **água**

Acessórios

- 2 **fôrmas** de 20 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

Aqueça o forno em temperatura média e unte as fôrmas com manteiga. Forre o fundo delas com papel-manteiga. Unte o papel e polvilhe com farinha. Na batedeira, bata o açúcar com os ovos. Peneire a farinha e o sal sobre a mistura, mexendo delicadamente. Dissolva o café na água e adicione-o, junto com a manteiga, à massa. Misture bem. Despeje nas fôrmas e asse por 25 minutos ou até dourar ligeiramente. Desenforme.

Recheio

Na batedeira, bata bem a manteiga. Adicione o açúcar aos poucos, sem parar de bater. Dissolva o café na água e acrescente ao creme. Bata. Misture uma xícara e meia desse creme com uma xícara das nozes picadas. Reserve o creme e as nozes restantes.

Montagem

Corte cada bolo em duas camadas. Alterne camadas de bolo e de recheio. Por cima espalhe o creme e as nozes reservados.

bolo de castanha-do-pará com cupuaçu

ANTONIO RODRIGUES

média
dificuldade

12
fatias

388
calorias
por fatia

INGREDIENTES

Massa

- 12 (sopa) de **açúcar**
- 8 (sopa) de **castanha-do-pará** moída
- 4 (sopa) de **farinha de trigo**
- 1/2 (chá) de **baunilha**
- **12 ovos**

Recheio

- 2 3/4 de **açúcar**
- 2 de **água**
- 250 g de **polpa de cupuaçu**

Merengue

- 6 (sopa) de **açúcar**
- **6 claras**

Cobertura

- 1 1/2 de **açúcar**
- 1/2 de **água**

Para decorar

- 6 **castanhas-do-pará** torradas

Acessório

- **Fôrma de fundo removível** de 26 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

Aqueça o forno em temperatura média. Unte a fôrma e polvilhe com farinha. Bata as claras em neve. Reserve. Na batedeira, bata as gemas com o açúcar. Junte as claras, a baunilha, a castanha e a farinha. Misture. Asse até dourar. Desenforme.

Recheio

Cozinhe o açúcar com a água até obter uma calda rala. Junte o cupuaçu e cozinhe, mexendo às vezes, até ficar com consistência de geléia. Deixe esfriar. Corte o bolo em duas camadas e recheie com a geléia.

Merengue

Na batedeira, bata as claras em neve. Junte o açúcar e bata até obter picos firmes. Cubra o bolo.

Cobertura

Derreta o açúcar até caramelizar. Junte a água e mexa até dissolver. Cozinhe até o ponto de bala dura (ponha um pouco na água e veja se dá para moldar). Espalhe numa superfície untada. Deixe secar e triture. Polvilhe sobre o merengue e decore com as castanhas.

LUIZ ROBERTO PEREIRA

bolo de castanha portuguesa

média dificuldade

20 fatias

300 calorias por fatia

INGREDIENTES

Massa

- 1 1/4 ☕ de **açúcar**
- 1/2 ☕ de **amêndoa** torrada e moída
- 1 🥄 (chá) de **essência de baunilha**
- 200 g de **castanhas portuguesas** cozidas, descascadas e espremidas
- 6 **ovos**

Recheio

- 1 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **manteiga**
- 4 🥄 (sopa) de **rum**
- 1 🥄 (chá) de **essência de baunilha**
- 500 g de **castanhas portuguesas** cozidas e descascadas
- 100 g de **chocolate** meio amargo picado
- 1 **ovo**

Acessórios

- 2 **fôrmas** de 22 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura média. Unte as fôrmas com manteiga e polvilhe. Na batedeira, bata bem as gemas com o açúcar. Junte os demais ingredientes e misture bem, sem bater.

2 Bata as claras em neve. Adicione à mistura e mexa com cuidado. Despeje nas fôrmas e asse por 35 minutos ou até que, enfiando um palito, ele saia seco. Desenforme e deixe esfriar.

Recheio

1 Na batedeira, bata bem a manteiga, o açúcar, o ovo, o rum e a baunilha. Derreta o chocolate em banho-maria e o adicione à mistura, batendo bem.

2 Passe as castanhas pelo processador. Junte ao creme e mexa. Ponha na geladeira e deixe até ficar com consistência de espalhar.

3 Ponha um dos bolos sobre um prato. Cubra com um terço do creme. Ponha o outro por cima. Coloque o creme restante num saco de confeitar e decore o bolo.

ANTONIO RODRIGUES

bolo de chocolate com merengue

média dificuldade

20 fatias

301 calorias por fatia

INGREDIENTES

Massa

- 2 ☕ de **farinha de trigo**
- 1 1/4 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **iogurte natural**
- 1/2 ☕ de **manteiga**
- 1/4 ☕ de **água** fervente
- 1 🥄 (chá) de **bicarbonato de sódio**
- 1 🥄 (chá) de **baunilha**
- 150 g de **chocolate** meio amargo
- 2 **gemas**
- 1 **ovo**

Recheio

- 1/2 ☕ de **açúcar**
- 1 🥄 (chá) de **baunilha**
- 2 **claras**

Cobertura

- 2 ☕ de **açúcar de confeiteiro**
- 3 🥄 (sopa) de **manteiga**
- 2 🥄 (sopa) de **água** fervente
- 1 🥄 (sopa) de **leite**
- 1/2 🥄 (chá) de **baunilha**
- 50 g de **chocolate** meio amargo

Acessórios

- 2 **fôrmas** de 20 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

Aqueça o forno em temperatura média e unte as fôrmas com manteiga. Derreta o chocolate na água em fogo baixo e deixe esfriar. Na batedeira, bata os ingredientes restantes. Junte o chocolate e bata. Ponha nas fôrmas. Asse por 30 minutos. Desenforme quando estiver morno.

Recheio

Bata as claras em neve. Junte o açúcar e bata bem. Adicione a baunilha. Forre uma assadeira com papel-manteiga e espalhe o merengue sobre ele, formando um círculo de 15 cm de diâmetro. Asse por 15 minutos. Deixe esfriar.

Cobertura

Derreta o chocolate na água. Deixe esfriar. Numa tigela misture o açúcar com a manteiga, a baunilha e o leite. Junte o chocolate e bata bem. Reserve.

Montagem

Ponha um dos bolos num prato e, por cima, o merengue. Cubra com o outro bolo e espalhe a cobertura. Se quiser, decore com raspas de chocolate.

ANTONIO RODRIGUES

bolo de nozes

DICA DA BETTINA
Com uma colher, retire um pouco da calda da panela. Molhe os dedos com água fria, pegue a calda e afaste os dedos. Se o fio formado se quebrar facilmente, a calda estará no ponto.

média dificuldade

24 fatias

380 calorias por fatia

INGREDIENTES

MASSA
- 2 3/4 xícara de **açúcar**
- 5 colher (sopa) de **farinha de rosca**
- **12 ovos**
- 600 g de **nozes** moídas

RECHEIO
- 1 1/2 xícara de **açúcar**
- 1 xícara de **água**
- **6 gemas** peneiradas

COBERTURA
- 2 xícara de **açúcar**
- 1 xícara de **água**
- `4 **claras**

ACESSÓRIOS
- **2 fôrmas** com 30 cm de diâmetro

PREPARO

MASSA
Aqueça o forno em temperatura média. Unte as fôrmas com manteiga e polvilhe com farinha de rosca. Bata as claras em neve. Junte o açúcar e bata até obter picos firmes. Adicione as gemas. Bata por mais 3 minutos. Junte a farinha de rosca e as nozes. Misture. Asse por 40 minutos. Desenforme ao esfriar.

RECHEIO
Cozinhe o açúcar com a água até o ponto de **fio fraco**. Deixe esfriar. Acrescente as gemas e leve ao fogo, mexendo até engrossar. Reserve.

COBERTURA
Cozinhe o açúcar com a água em fogo alto, mexendo até dissolver. Pare de mexer e cozinhe até o ponto de fio forte *(veja na página 43)*. Na batedeira, bata as claras em neve. Junte a calda quente, em fio, e bata até ficar firme. Coloque um dos bolos em um prato e por cima espalhe o recheio. Cubra com o outro bolo e a cobertura. Decore com nozes cortadas ao meio.

LUIZ ROBERTO PEREIRA

bolo gelado com amêndoas

média dificuldade

14 pedaços

231 calorias por fatia

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

MASSA
- 1/2 xícara de **farinha de trigo**
- 1/3 xícara de **açúcar**
- 1 colher (chá) de **fermento químico** em pó
- **5 ovos**

RECHEIO
- 2 1/2 xícara de **leite**
- 2/3 xícara de **açúcar**
- 1/2 xícara de **maisena**
- 1/4 xícara de **vinho do Porto**
- **2 ovos**

PARA DECORAR
- 1/2 xícara de **amêndoas** em **lascas**

ACESSÓRIO
- **Assadeira** de 27 x 40 cm

PREPARO

MASSA
Aqueça o forno em temperatura média e unte a assadeira com manteiga. Na batedeira, bata as claras até obter picos moles. Junte o açúcar e bata mais um pouco. Acrescente as gemas, uma por vez. Bata até ficar homogêneo. Junte a farinha peneirada com o fermento e misture. Asse por 30 minutos. Desenforme e corte em três camadas.

RECHEIO
Cozinhe a maisena, as gemas e o leite, mexendo até engrossar. Retire do fogo e junte o vinho. Na batedeira, bata as claras em picos moles. Adicione o açúcar e bata até formar picos firmes. Junte a mistura de maisena e mexa com cuidado. Alterne camadas de bolo e de creme e finalize com o creme. Decore com as amêndoas em lascas. Sirva gelado.

DICA DA BETTINA
Prepare as amêndoas em casa: coloque-as em água fervente por 1 minuto. Escorra e retire a pele esfregando com as mãos. Fatie e toste numa frigideira com manteiga, mexendo.

ANDRÉ FORTES

bolo gelado com creme inglês

INGREDIENTES

Massa

- 2 xícaras de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **açúcar**
- 1/2 colher (sopa) de **fermento químico** em pó
- 6 **ovos**

Recheio

- 2 xícaras de **leite**
- 1 xícara de **frutas cristalizadas** picadas
- 2/3 xícara de **açúcar**
- 4 colheres (sopa) de **maisena**
- 1 colher (chá) de **baunilha**
- 4 **gemas** peneiradas

Cobertura

- 1 xícara de **creme de leite** fresco
- 2 colheres (sopa) de **açúcar**

Para umedecer

- 1/4 xícara de **água**
- 2 colheres (sopa) de **licor de laranja**

Acessório

Fôrma de 35 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

Aqueça o forno em temperatura alta e unte a fôrma com manteiga. Na batedeira, bata bem os ovos. Junte o açúcar e bata até obter um creme fofo. Adicione a farinha e o fermento e misture delicadamente. Despeje na fôrma e asse por 30 minutos. Desenforme ao esfriar.

Recheio

Cozinhe a maisena, o açúcar, o leite e as gemas em fogo alto, mexendo sempre, até engrossar. Retire do fogo e junte a baunilha e as frutas. Cubra o creme com filme plástico e deixe esfriar.

Montagem

Corte o bolo em três camadas. Reserve. Misture o licor com a água e umedeça uma camada do bolo com metade da mistura. Cubra com metade do creme. Ponha a outra camada por cima, umedeça novamente e cubra com o creme restante e a terceira camada de bolo.

Cobertura

Bata o creme de leite adicionando o açúcar, aos poucos, até obter picos firmes. Espalhe sobre o bolo. Deixe na geladeira por 1 hora antes de servir.

média dificuldade

12 fatias

392 calorias por fatia

prepare **ANTES**

FREDERICO BUSH

bolo gelado com geléia de morango

difícil

14 fatias

415 calorias por fatia

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

Massa

- 1 1/3 xícara de **açúcar**
- 1 xícara de **farinha de trigo**
- 1/2 colher (chá) de **fermento químico** em pó
- **6 gemas**
- **8 claras**

Cobertura

- 2 xícaras de **creme de leite** fresco
- 1 1/2 xícara de **amêndoas** em lascas torradas
- 1 colher (sopa) de **açúcar de confeiteiro**

Recheio

- 1 1/2 xícara de **geléia de morango**

Para polvilhar

- 1/2 xícara de **açúcar de confeiteiro**

Acessórios

- **2 assadeiras** de 20 x 30 cm

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura média. Unte as assadeiras com manteiga e polvilhe com farinha. Na batedeira, bata bem as gemas. Junte uma xícara de açúcar, batendo sempre.

2 Bata as claras com o fermento até obter picos moles. Junte o açúcar restante, batendo bem. Adicione às gemas e misture. Acrescente a farinha e mexa com cuidado. Despeje nas assadeiras e asse por 8 minutos.

3 Peneire o açúcar de confeiteiro sobre dois panos e desenforme os bolos sobre eles. Pincele-os com a geléia e corte cada um em quatro tiras pelo comprimento. Enrole uma tira como um rocambole e coloque-a de pé no centro do prato. Enrole a segunda tira em volta da primeira e repita o procedimento até as tiras terminarem.

Cobertura

Na batedeira, bata bem o creme de leite. Junte o açúcar e bata até obter picos firmes. Espalhe sobre todo o bolo. Ao redor, arrume as lascas de amêndoa. Enfeite com fatias de morango e sirva gelado.

LUIZ ROBERTO PEREIRA

bolo gelado cremoso

média dificuldade

12 fatias

296 calorias por fatia

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

Massa

- 1 1/2 xícara de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **açúcar**
- 1/2 xícara de **água**
- 1 colher (sopa) de **fermento químico** em pó
- **8 ovos**

Recheio

- 4 xícaras de **leite**
- 1/2 xícara de **açúcar**
- 6 colheres (sopa) de **maisena**
- 1 colher (chá) de **essência de baunilha**
- **2 gemas**

Para polvilhar

- 1/4 xícara de **açúcar de confeiteiro**

Acessórios

- **3 fôrmas** de 24 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura alta. Unte as fôrmas com manteiga e polvilhe com farinha. Bata bem os ovos com o açúcar. Junte a farinha e o fermento peneirados, intercalando, aos poucos, com a água. Misture delicadamente e despeje nas fôrmas.

2 Asse por 30 minutos ou até que, enfiando um palito no centro, ele saia seco. Desenforme. Deixe esfriar.

Recheio

1 Misture todos os ingredientes. Cozinhe em fogo baixo, mexendo, até engrossar. Deixe esfriar. Corte um dos bolos em cubinhos de 0,5 centímetro.

2 Espalhe um terço do **creme** sobre um dos bolos restantes. Cubra com o outro bolo. Espalhe o creme restante sobre todo o bolo. Distribua os **cubinhos** de bolo sobre a cobertura. Deixe na geladeira por 1 hora, no mínimo. Polvilhe com o açúcar de confeiteiro e sirva.

bolo gelado de chocolate com caramelo

MARI QUEIROZ

média dificuldade

30 fatias

515 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

Recheio

- 6 ☕ de **creme de leite** fresco
- 3 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **água**
- 1 🥄 (sopa) de **bourbon**

Massa

- 5 ☕ de **açúcar mascavo**
- 4 1/2 ☕ de **farinha de trigo**
- 1 1/2 ☕ de **creme de leite**
- 2 ☕ de **água** fervente
- 1 ☕ de **manteiga** em temperatura ambiente
- 4 🥄 (sopa) de **cacau** em pó
- 1 🥄 (sopa) de **baunilha**
- 4 🥄 (chá) de **bicarbonato de sódio**
- 2 🥄 (chá) de **suco de limão**
- 1 🥄 (chá) de **sal**
- 200 g de **chocolate** meio amargo picado
- 8 **ovos** grandes

Para umedecer

- 1/2 ☕ de **bourbon**

Acessórios

- 2 **fôrmas** de 30 cm de diâmetro

PREPARO

Recheio

Cozinhe o açúcar com a água até caramelizar. Aos poucos, adicione o creme de leite e cozinhe, mexendo, até ficar homogêneo. Deixe na geladeira até o dia seguinte.

Massa

Aqueça o forno em temperatura média. Unte as fôrmas e polvilhe com farinha. Derreta o chocolate em banho-maria. Reserve. Peneire a farinha, o cacau, o bicarbonato e o sal. Reserve. Na batedeira, bata a manteiga com o açúcar. Adicione os ovos, batendo. Junte os ingredientes peneirados e o creme de leite misturado ao suco de limão, o chocolate, a baunilha e a água. Misture. Asse por 30 minutos. Desenforme ao esfriar.

Montagem

Bata o recheio até ficar firme. Adicione o bourbon e mexa. Corte os bolos ao meio e umedeça cada camada com duas colheres (sopa) de bourbon. Reserve parte do recheio para a cobertura. Alterne camadas de bolo e de recheio. Cubra com o creme reservado. Deixe na geladeira.

JOÃO ÁVILA

bolo gelado de coco

média dificuldade

12 fatias

443 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

Massa

- 1 3/4 ☕ de **farinha de trigo**
- 1 ☕ de **açúcar**
- 2/3 ☕ de **leite**
- 1/2 ☕ de **manteiga**
- 2 1/2 🥄 (chá) de **fermento químico** em pó
- 1 🥄 (chá) de **baunilha**
- 2 **ovos**

Recheio

- 1 1/2 ☕ de **açúcar**
- 1/2 ☕ de **água**
- 1 1/2 🥄 (sopa) de **glucose de milho** (Karo)
- 1 1/2 🥄 (chá) de **baunilha**
- 2 **claras**

Para polvilhar

- 2 ☕ de **coco** ralado

Acessório

- **Fôrma** de 24 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

Aqueça o forno em temperatura média e unte a fôrma com manteiga. Bata a manteiga com o açúcar. Adicione a baunilha e os ovos. Misture. Aos poucos, junte o leite, alternando com a farinha misturada ao fermento. Asse por 35 minutos ou até dourar. Desenforme ao esfriar.

Recheio

Misture a glucose com o açúcar e a água. Cozinhe até o ponto de fio fraco *(veja na página 52).* Bata as claras em neve. Adicione a calda quente, em fio, sem parar de bater. Junte a baunilha e mexa até a mistura formar picos firmes. Reserve.

Montagem

Corte o bolo em duas camadas. Sobre uma delas, espalhe um terço do recheio e polvilhe com um terço do coco ralado. Cubra com a outra metade. Passe o recheio restante sobre todo o bolo e polvilhe-o com o coco restante. Deixe na geladeira por 2 horas antes de servir. Se quiser, enfeite com fitas de coco.

bolo gelado de laranja

média dificuldade

12 fatias

318 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

Massa

- 1 de **açúcar**
- 1 de **farinha de trigo**
- 2 (sopa) de **suco de laranja**
- 1/2 (sopa) de **suco de limão**
- 1 (chá) de **casca de laranja** ralada
- 5 **ovos**

Recheio

- 1/2 de **açúcar**
- 1 (sopa) de **casca de laranja** ralada
- 2 **claras**

Cobertura

- 3/4 de **creme de leite**
- 250 g de **chocolate** meio amargo picado

Acessórios

- 2 **fôrmas** de 25 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

Aqueça o forno em temperatura média e unte as fôrmas com manteiga. Na batedeira, bata bem as gemas com metade do açúcar, a casca e o suco de laranja e o suco de limão. Bata as claras com o açúcar restante até obter picos firmes. Acrescente as gemas batidas e mexa. Junte a farinha e misture com cuidado. Despeje nas fôrmas e asse por 30 minutos ou até dourar. Desenforme ao esfriar.

Recheio

Bata as claras com a casca de laranja e o açúcar até obter picos firmes. Reserve.

Cobertura

Aqueça o creme de leite em banho-maria. Junte o chocolate e deixe derreter. Reserve.

Montagem

Espalhe o recheio sobre um dos bolos. Por cima, coloque o outro bolo e sobre ele distribua a cobertura. Cubra com papel-alumínio. Deixe na geladeira por pelo menos 1 hora antes de servir.

FOTOS: EDUARDO POZELLA

bolo gelado de limão

média dificuldade

12 fatias

205 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

Massa

- 1/2 de **açúcar**
- 1/2 de **farinha de trigo**
- 1 (chá) de **fermento químico** em pó
- 6 **gemas**
- 2 **ovos**

Recheio

- 1/3 de **açúcar**
- 1/3 de **manteiga**
- 2 (sopa) de **limão**
- 4 **gemas**

Cobertura

- 1/2 de **açúcar**
- 1/2 de **água**
- 1 (sopa) de **limão**
- 2 **claras**

Para polvilhar

- 1 (sopa) de **casca de limão** ralada

Acessório

- **Fôrma de buraco no meio** de 24 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

Aqueça o forno em temperatura alta. Unte a fôrma com manteiga e polvilhe com farinha. Bata bem os ovos. Acrescente as gemas, batendo. Adicione o açúcar e bata por 10 minutos. Junte a farinha peneirada com o fermento e misture. Asse por 15 minutos ou até dourar. Desenforme ao esfriar.

Recheio

Cozinhe o açúcar com a manteiga, mexendo, até derretê-lo. Deixe amornar e junte as gemas com o suco de limão. Cozinhe, mexendo sempre, até soltar da panela. Deixe esfriar.

Cobertura

Bata as claras em neve e reserve. Cozinhe o açúcar com a água, mexendo, até dissolvê-lo. Pare de mexer e deixe no fogo até obter o ponto de fio fraco *(veja na página 52)*. Retire do fogo. Junte, em fio, às claras em neve, sem parar de bater, até ficar firme. Adicione o suco de limão. Reserve. Corte o bolo em duas camadas. Espalhe o recheio sobre uma e cubra com a outra. Espalhe a cobertura e polvilhe raspas de limão. Sirva gelado.

bolo gelado de maracujá

média dificuldade

20 fatias

359 calorias por fatia

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

Massa

- 1 3/4 ☕ de **farinha de trigo**
- 1 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **manteiga** derretida
- 1 🥄 (chá) de **essência de baunilha**
- **8 ovos**
- 1 pitada de **sal**

Recheio

- 2 ☕ de **creme de leite** fresco
- 1 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **leite**
- 1/2 ☕ de **água**
- 1/2 ☕ de **suco de maracujá**
- 5 🥄 (sopa) de **maisena**

Calda

- 2 ☕ de **água**
- 1 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **polpa de maracujá** com sementes
- 4 🥄 (sopa) de **maisena**

Acessórios

- **2 fôrmas** de 25 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

Aqueça o forno em temperatura alta e unte as fôrmas com manteiga. Com a batedeira, bata os ovos e o açúcar, em banho-maria, até dobrar de volume. Retire do fogo. Bata até esfriar. Adicione a baunilha, o sal e, aos poucos, a farinha e a manteiga. Asse por 30 minutos ou até dourar.

Recheio

Misture todos os ingredientes, menos o creme de leite. Cozinhe em fogo alto, mexendo, até engrossar. Deixe esfriar. Bata o creme de leite até obter picos moles e misture ao recheio. Reserve.

Calda

Misture o maracujá, o açúcar e a maisena com metade da água. Cozinhe até engrossar. Retire do fogo. Junte a água restante, misture e reserve.

Montagem

Espalhe um terço do creme sobre um bolo. Cubra com o outro. Espalhe o creme restante em cima e nas laterais e deixe na geladeira. Antes de servir, despeje a calda e deixe gelar mais um pouco.

bolo sem açúcar

média dificuldade

12 fatias

343 calorias por fatia

INGREDIENTES

Massa

- 2/3 ☕ de **farinha de trigo**
- 1/2 ☕ de **óleo**
- 4 🥄 (sopa) de **leite**
- 2 🥄 (chá) de **fermento químico** em pó
- 1 🥄 (chá) de **adoçante** em pó
- **6 claras** batidas em neve
- **6 gemas**

Recheio

- 6 🥄 (sopa) de **geléia dietética de morango**

Cobertura

- 2 ☕ de **leite**
- 1 ☕ de **manteiga**
- 4 🥄 (sopa) de **maisena**
- 2 🥄 (chá) de **essência de baunilha**
- 1 🥄 (chá) de **adoçante** em pó

Acessórios

- **2 fôrmas** de 22 cm de diâmetro
- **Saco de confeitar e bico pitanga**

FOTOS: JORGE BUTSUEM

DICA DA BETTINA
Veja na embalagem do adoçante se ele pode ir ao forno.

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura média e unte as fôrmas com manteiga. Na batedeira, bata bem as gemas. Acrescente o óleo, em fio, sem parar de bater. Adicione a farinha, o fermento, o **adoçante** e o leite. Bata bem.

2 Junte as claras e misture delicadamente. Despeje nas fôrmas e asse por 40 minutos ou até dourar. Desenforme e deixe esfriar.

Recheio

Com um pincel, espalhe a geléia sobre um dos bolos e cubra com o outro. Reserve.

Cobertura

Misture a maisena e o leite. Cozinhe em fogo médio, mexendo sempre, até engrossar. Deixe esfriar. Na batedeira, bata bem a manteiga. Junte o adoçante, o creme de maisena e a baunilha. Coloque esse creme no saco de confeitar e decore o bolo.

ANDRE FORTES

cuca com goiabada e banana

fácil

20 pedaços

190 calorias por pedaço

INGREDIENTES

MASSA

- 2 xícaras de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **açúcar**
- 1/2 xícara de **leite**
- 1/2 xícara de **manteiga**
- 1 colher (sopa) de **fermento químico** em pó
- 200 g de **goiabada** cortada em fatias finas
- 4 **bananas-nanicas** cortadas em fatias
- 4 **ovos**
- 1 pitada de **sal**

PARA POLVILHAR

Açúcar e **canela** em pó a gosto

ACESSÓRIO

Assadeira de 23 x 34 cm

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura alta. Unte a assadeira com manteiga e polvilhe com farinha de trigo. Bata bem o açúcar, a manteiga e as gemas até obter um creme.

2 Aos poucos, adicione o leite, alternando com a farinha, o fermento e o sal. Bata as claras em neve e junte à massa, misturando com cuidado. Coloque metade da massa na assadeira e cubra com as fatias de goiabada. Por cima despeje a massa restante. Asse por 30 minutos ou até dourar ligeiramente.

3 Retire o bolo do forno e disponha as fatias de banana sobre ele. Polvilhe com açúcar e canela. Leve novamente ao forno e asse ligeiramente. Retire e deixe esfriar para cortar em quadrados.

bolinho de gengibre

veja receita na página 74

ANTONIO RODRIGUES

bolinho com calda de maracujá

fácil

35 unidades

171 calorias por unidade

INGREDIENTES

MASSA

- 2 1/4 ☕ de **farinha de trigo**
- 1 1/3 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **manteiga**
- 1 🥄 (sopa) de **fermento químico** em pó
- 1 🥄 (chá) de **essência de baunilha**
- **8 ovos**
- **35 uvas passas** sem sementes

CALDA

- 2 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **suco de maracujá**
- 1 ☕ de **água**

PARA POVILHAR

Açúcar granulado

ACESSÓRIOS

- **35 fôrmas** de 5 cm de diâmetro

PREPARO

MASSA

1 Aqueça o forno em temperatura média. Bata bem a manteiga com o açúcar. Acrescente as gemas, a farinha, o fermento e a baunilha, misturando bem.

2 Bata as claras em neve e adicione à massa. Mexa delicadamente.

3 Ponha uma passa no fundo de cada fôrma e despeje a massa por cima. Coloque-as numa assadeira.

4 Asse por 30 minutos ou até que, enfiando um palito no bolo, ele saia seco. Deixe esfriar e desenforme.

CALDA

Numa panela, coloque todos os ingredientes e cozinhe em fogo alto, mexendo de vez em quando, até a calda engrossar um pouco. Ao esfriar, passe cada bolinho na calda e depois polvilhe-os com o açúcar.

bolinho com creme de ricota

LUIZ ROBERTO PEREIRA

fácil

4 unidades

529 calorias por unidade

INGREDIENTES

MASSA

- 10 🥄 (sopa) de **farinha de trigo**
- 4 🥄 (sopa) de **açúcar**
- 1 🥄 (chá) de **casca de limão** ralada
- 1 🥄 (chá) de **fermento químico** em pó
- **2 ovos**

RECHEIO

- 1 1/3 ☕ de **ricota** peneirada
- 1 ☕ de **creme de leite fresco**
- 4 🥄 (sopa) de **açúcar**
- 4 🥄 (sopa) de **leite**
- 2 🥄 (sopa) de **geléia de framboesa**
- 2 🥄 (chá) de **essência de baunilha**

ACESSÓRIOS

- **4 fôrmas** com capacidade para 3/4 ☕

PREPARO

MASSA

1 Aqueça o forno em temperatura média. Unte as fôrmas com manteiga e polvilhe com farinha. Na batedeira, bata os ovos até espumar. Adicione o açúcar e bata até obter um creme. Junte a farinha, a casca de limão e o fermento e misture.

2 Distribua a massa nas fôrmas e coloque-as numa assadeira. Asse por 15 minutos ou até dourar. Desenforme quando esfriar.

RECHEIO

1 Numa tigela, junte a ricota, o açúcar, o leite e a baunilha e misture vigorosamente.

2 Na batedeira, bata o creme de leite até obter picos firmes.

3 Corte os bolos em duas camadas. Cubra as metades de baixo com o creme de ricota e, por cima, espalhe a geléia. Cubra com as metades de bolo restantes e espalhe o creme de leite batido por cima.

ANDRÉ FORTES

bolinho com recheio de chocolate

fácil

10 unidades

219 calorias por unidade

INGREDIENTES

MASSA

- 1 1/2 xícara (chá) de **farinha de trigo**
- 2/3 xícara (chá) de **iogurte natural**
- 1/2 xícara (chá) de **açúcar**
- 1/4 xícara (chá) de **manteiga**
- 2 1/2 colher (chá) de **fermento químico** em pó
- 1 colher (chá) de **canela**
- 1 **ovo** ligeiramente batido
- 1 pitada de **sal**

RECHEIO

- 100 g de **chocolate** meio amargo em pedaços

PARA POLVILHAR

- 1/4 xícara (chá) de **canela**
- 1 colher (sopa) de **açúcar**

ACESSÓRIOS

- 10 **fôrmas** de 8 cm de diâmetro

PREPARO

MASSA

1 Aqueça o forno em temperatura alta e unte as fôrmas com manteiga. Numa tigela, misture a farinha de trigo, o açúcar, o fermento, a canela e o sal e reserve.

2 Em outra tigela, junte o iogurte, a manteiga derretida e o ovo, mexendo bem. Acrescente essa massa à mistura reservada e mexa rapidamente. Despeje metade nas fôrmas.

RECHEIO

1 Coloque um pedaço de chocolate sobre a massa e cubra com a massa restante. Polvilhe com canela e açúcar e ponha as fôrmas numa assadeira.

2 Asse por 20 minutos ou até que, enfiando um palito no bolo, ele saia seco. Retire do forno e desenforme.

DICA DA BETTINA
Você pode substituir o chocolate do recheio por 10 colheres (chá) de geléia de framboesa. Ponha uma colher de geléia sobre a massa e asse normalmente.

MARI QUEIROZ

bolinho cremoso de chocolate

fácil

12 unidades

420 calorias por unidade

INGREDIENTES

- 1 1/4 xícara (chá) de **manteiga**
- 3/4 xícara (chá) de **açúcar**
- 3/4 xícara (chá) de **farinha de trigo**
- 250 g de **chocolate** meio amargo picado
- 5 **gemas**
- 5 **ovos**

ACESSÓRIOS

- 12 **fôrmas** de 7 cm de diâmetro

PREPARO

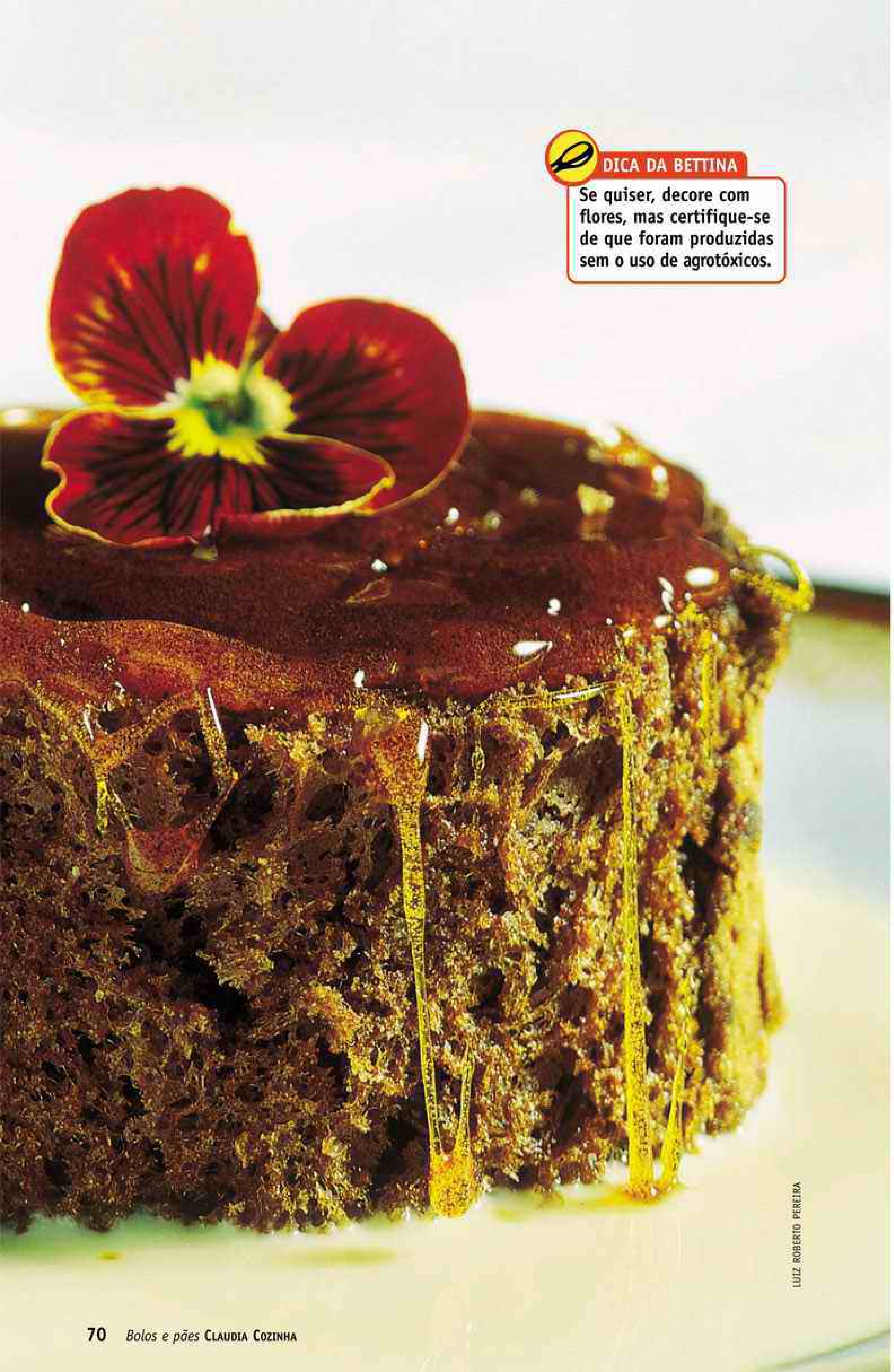
1 Derreta o chocolate e a manteiga em banho-maria e reserve.

2 Numa tigela, misture as gemas, os ovos e o açúcar, mexendo com uma colher de pau. Junte o chocolate reservado e a farinha de trigo, aos poucos, misturando bem.

3 Aqueça o forno em temperatura média e unte as fôrmas com manteiga. Distribua a massa nas fôrmas e coloque-as numa assadeira.

4 Asse por 15 minutos. O centro dos bolinhos deverá estar cremoso. Desenforme e sirva ainda morno.

DICA DA BETTINA
Acompanhado de sorvete de creme ou de baunilha, este bolinho faz uma sobremesa gostosa e sofisticada.



LUIZ ROBERTO PEREIRA

DICA DA BETTINA
Se quiser, decore com flores, mas certifique-se de que foram produzidas sem o uso de agrotóxicos.

bolos pequenos

bolinho de chocolate com nozes

INGREDIENTES

Massa
- 1/2 xícara de **açúcar**
- 1/4 xícara de **farinha de trigo**
- 1/4 xícara de **chocolate** em pó
- 1 colher (chá) de **fermento químico** em pó
- 4 **ovos**

Recheio
- 1 xícara de **açúcar**
- 1 xícara de **creme de leite**
- 1 xícara de **nozes** picadas
- 1/3 xícara de **água**

Creme
- 2 xícaras de **leite** quente
- 1/2 xícara de **açúcar**
- 1 colher (chá) de **essência de baunilha**
- 2 **gemas**

Caramelo
- 1 xícara de **açúcar**
- 1/2 xícara de **água**

Acessório
Assadeira de 24 x 35 cm

PREPARO

Massa
Aqueça o forno em temperatura média e unte a assadeira com manteiga. Na batedeira, bata bem os ovos e o açúcar. Adicione os demais ingredientes, mexendo delicadamente. Ponha na assadeira e asse por 30 minutos ou até começar a dourar. Quando estiver morno, desenforme sobre um pano.

Recheio
Cozinhe o açúcar com a água até caramelizar. Junte as nozes e o creme de leite e cozinhe até soltar do fundo. Espalhe sobre o bolo. Com ajuda do pano, enrole-o pelo comprimento. Corte em oito fatias.

Creme
Bata as gemas com o açúcar. Junte o leite, mexendo. Cozinhe até engrossar. Adicione a baunilha. Cubra com filme plástico e deixe esfriar.

Caramelo
Cozinhe o açúcar com a água até caramelizar. Deixe esfriar. Distribua o creme nos pratos e disponha os bolos no centro. Regue com o caramelo e sirva.

média dificuldade

8 unidades

578 calorias por unidade

PEDRO RUBENS

bolinho de chocolate granulado

fácil

6 unidades

421 calorias por unidade

INGREDIENTES

- 3/4 de **chocolate granulado**
- 2/3 de **farinha de trigo**
- 1/2 de **açúcar**
- 1/2 de **manteiga** em temperatura ambiente
- 1/4 de **chocolate** em pó
- 1/4 de **leite**
- 1 (chá) de **fermento químico** em pó
- 2 **ovos**

Para polvilhar

Açúcar

Acessórios

- 6 **fôrmas** de buraco no meio com 10 cm de diâmetro

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura média e unte as fôrmas com manteiga.

2 Na batedeira, bata todos os ingredientes, exceto o chocolate granulado, até obter uma massa homogênea. Encha metade das fôrmas com a massa, distribua o chocolate granulado por cima e cubra com a massa restante.

3 Coloque as fôrmas numa assadeira e asse por 30 minutos ou até que, enfiando um palito no bolinho, ele saia seco. Retire do forno, desenforme e polvilhe com açúcar.

PEDRO RUBENS

bolinho de creme de arroz e coco

fácil

20 unidades

193 calorias por unidade

INGREDIENTES

Massa

- 1 1/2 de **coco** fresco ralado
- 1 de **manteiga**
- 3/4 de **creme de arroz**
- 2/3 de **açúcar**
- 1 (chá) de **fermento químico** em pó
- 6 **ovos**
- 1 pitada de **sal**

Cobertura

- 1/2 de **coco** fresco ralado
- 1/4 de **açúcar**

Acessórios

- 20 **fôrmas** de 6,5 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura média. Unte as fôrmas com manteiga e polvilhe-as com farinha de trigo. Bata o açúcar com a manteiga na batedeira até obter uma mistura cremosa.

2 Junte as gemas, uma de cada vez, o coco, o creme de arroz, o sal e o fermento, batendo até obter uma massa homogênea. Reserve.

3 Na batedeira, bata as claras em neve. Acrescente à massa e misture delicadamente. Despeje nas fôrmas.

Cobertura

Misture o coco com o açúcar e polvilhe sobre a massa. Asse por 25 minutos ou até que, espetando um palito no centro do bolo, ele saia seco. Ao esfriar, desenforme e sirva.

DICA DA BETTINA

Você pode preparar esta receita com coco desidratado (80 gramas), mas antes deixe-o de molho em três quartos de xícara de leite de coco.

ALFREDO FRANCO

bolinho de gengibre

fácil

12 unidades

165 calorias por unidade

INGREDIENTES

Massa

- 3/4 ☕ de **farinha de trigo**
- 1/2 ☕ de **manteiga**
- 1/2 ☕ de **açúcar**
- 1/4 ☕ de **gengibre** ralado
- 1 🥄 (chá) de **fermento químico** em pó
- 2 **ovos**

Molho

- 2 ☕ de **água**
- 1/2 ☕ de **suco de maracujá** concentrado
- 1/3 ☕ de **açúcar**

Acessórios

- 12 **fôrmas** de 5 cm de diâmetro e 3,5 cm de altura

PREPARO

Massa

1 Aqueça o forno em temperatura média e unte as fôrmas com manteiga. Na batedeira, bata a manteiga com o açúcar até obter uma mistura cremosa.

2 Junte os ovos, um de cada vez, batendo sempre, até a mistura ficar fofa. Aos poucos, adicione a farinha com o fermento. Bata até a massa ficar homogênea. Acrescente o gengibre e misture bem.

3 Ponha a massa nas fôrmas e coloque-as numa assadeira. Asse em banho-maria por 45 minutos ou até que, enfiando um palito no centro da massa, ele saia seco. Retire do forno, deixe esfriar e desenforme.

Molho

Numa panela, junte todos os ingredientes e cozinhe em fogo alto, mexendo sempre, até ferver. Pare de mexer, abaixe o fogo e cozinhe até obter um molho espesso. Sirva com o bolo.

PEDRO RUBENS

muffin

fácil

8 unidades

133 calorias por unidade

INGREDIENTES

- 3/4 ☕ de **farinha de trigo**
- 3/4 ☕ de **leite**
- 1/3 ☕ de **manteiga** derretida
- 2 🥄 (sopa) de **fermento químico** em pó
- 2 🥄 (sopa) de **açúcar**
- 1 **ovo** batido
- 1 pitada de **sal**

Acessórios

- 8 **fôrmas de muffin** com 7 cm de diâmetro

PREPARO

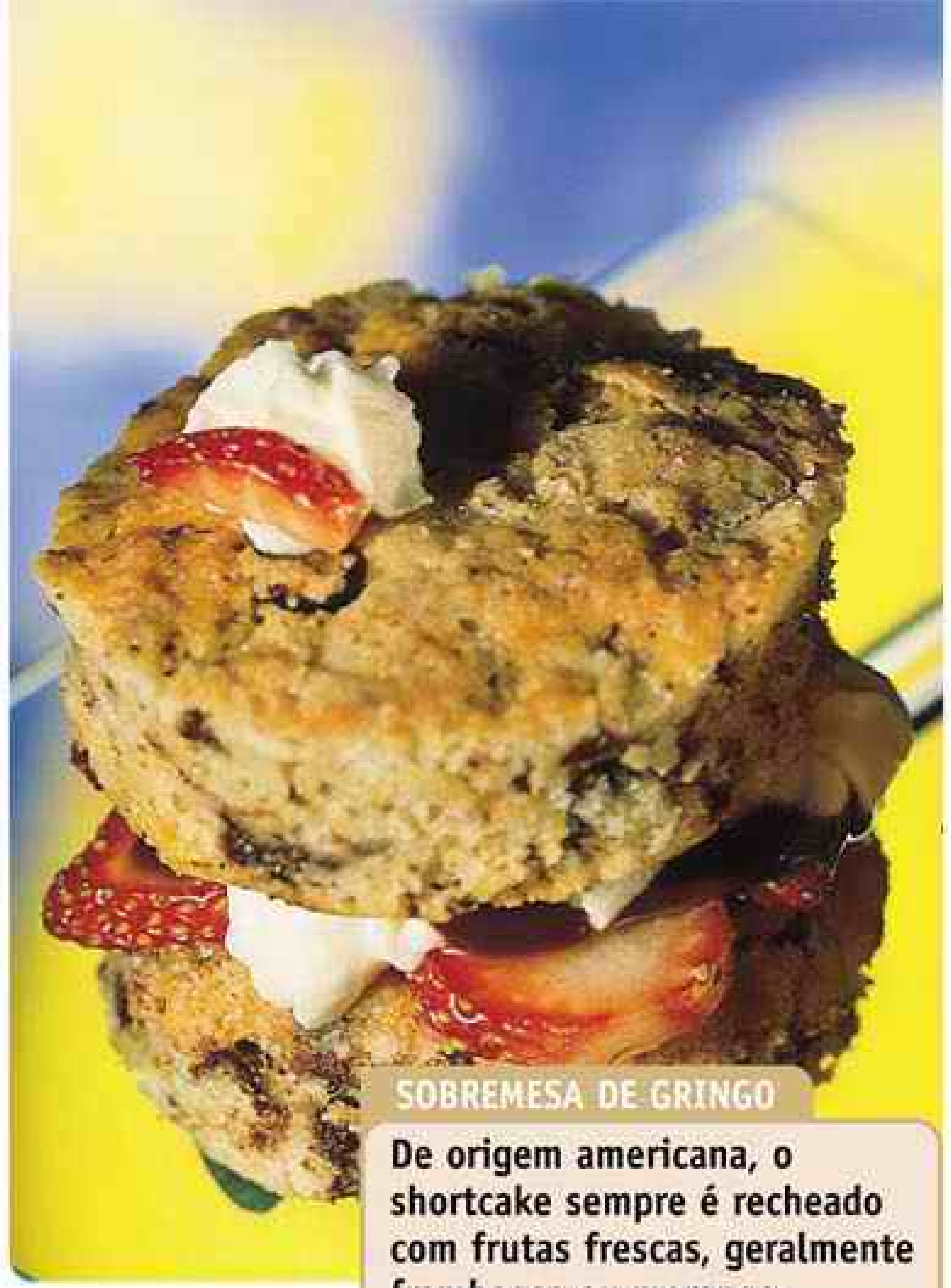
1 Aqueça o forno em temperatura alta e unte as fôrmas com manteiga. Numa tigela, junte todos os ingredientes e misture rapidamente.

2 Despeje a massa nas fôrmas até ocupar dois terços de sua capacidade.

3 Asse por 8 minutos ou até a borda dos muffins começar a dourar. Retire do forno e, quando estiverem mornos, desenforme e sirva.

IDEAL PARA O CHÁ

Muffin é um delicado bolinho inglês de preparo rápido. Serve-se quente na hora do chá, acompanhado de manteiga, mel ou geléia.



shortcake de morango

SOBREMESA DE GRINGO

De origem americana, o shortcake sempre é recheado com frutas frescas, geralmente framboesa ou morango, e creme de leite batido.

ANTONIO RODRIGUES

média dificuldade

7 unidades

857 calorias por unidade

INGREDIENTES

Creme

- 2/3 de **creme de leite**
- 2 (sopa) de **açúcar mascavo**
- 1 (sopa) de **conhaque**
- 1 (chá) de **essência de baunilha**
- 200 g de **chocolate** meio amargo picado

Massa

- 2 de **farinha de trigo**
- 2/3 de **leite**
- 1/2 de **manteiga** gelada picada
- 1/3 de **açúcar**
- 2 (sopa) de **suco de limão**
- 2 (chá) de **fermento químico** em pó
- 100 g de **chocolate** meio amargo picado
- 1 pitada de **sal**

Recheio

- 1 1/3 de **creme de leite** fresco
- 5 (sopa) de **açúcar**
- 1/2 (chá) de **essência de baunilha**
- 1 kg de **morango**

Acessório

Fôrma de 21 cm de diâmetro

PREPARO

Creme

Cozinhe o creme de leite com o açúcar, mexendo, até ferver. Tire do fogo, junte o chocolate e mexa até derretê-lo. Adicione o conhaque e a baunilha.

Massa

Aqueça o forno em temperatura média.
Unte a fôrma e polvilhe com farinha. Numa tigela, com os dedos, misture três colheres (sopa) do açúcar, o fermento, a farinha, a manteiga e sal. Junte o chocolate e, aos poucos, mexendo, dois terços de xícara do leite e o suco de limão. Ponha na fôrma, pressionando levemente. Pincele com o leite e polvilhe com o açúcar restantes. Asse por 25 minutos.

Recheio

Fatie os morangos. Ponha-os numa tigela com quatro colheres (sopa) do açúcar. Misture e deixe descansar por 30 minutos. Bata o creme de leite, a baunilha e o açúcar restante até formar picos firmes. Reserve. Desenforme o bolo. Com um cortador, corte sete rodelas. Separe-as ao meio e recheie com os morangos e o creme de leite batido. Sirva com o creme de chocolate à parte.

panetone
veja receita na página 79

colomba pascal

PEDRO RUBENS

INGREDIENTES

MASSA

- 3 xícaras de **farinha de trigo**
- 3/4 xícara de **leite condensado**
- 1/2 xícara de **leite morno**
- 1/2 xícara de **maisena**
- 1/2 xícara de **manteiga** derretida
- 1 colher (sopa) de **essência de baunilha**
- 200 g de **frutas cristalizadas** mistas picadas
- 4 **ovos** ligeiramente batidos
- 1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

COBERTURA

- 2 xícaras de **açúcar**
- 1/2 colher (sopa) de **canela** em pó
- 1 **clara de ovo**

PARA POLVILHAR

- 1/4 xícara de **açúcar**

ACESSÓRIO

Fôrma de papel para colomba pascal com capacidade para 750 g

média dificuldade

10 pedaços

570 calorias por pedaço

prepare **ANTES**

PREPARO

MASSA

1 Junte o fermento e o leite e mexa bem. Adicione a farinha e a maisena e misture. Ponha os ovos, a manteiga, o leite condensado e a essência de baunilha e mexa até ficar homogêneo. Adicione as frutas cristalizadas e misture.

2 Aqueça o forno em temperatura média e unte a fôrma com manteiga. Coloque a massa, cubra e deixe descansar até dobrar de volume. Asse por 1 hora ou até dourar. Deixe esfriar. Aqueça novamente o forno em temperatura média.

COBERTURA

1 Com um batedor de mão, bata a clara. Junte o açúcar e a canela e misture bem.

2 Espalhe sobre a colomba e polvilhe com o açúcar. Asse por 10 minutos ou até a cobertura dourar. Deixe esfriar. Quebre levemente a cobertura e sirva.

DICA DA BETTINA

As fôrmas de colomba são vendidas em casas de artigos para festas. Feitas de papel, têm capacidade para 500 g ou 750 g de massa.

panetone

ANTONIO RODRIGUES

INGREDIENTES

- 7 xícaras de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **açúcar**
- 3/4 xícara de **manteiga** derretida
- 1/2 xícara de **água** morna
- 1 colher (sopa) de **casca de laranja** ralada
- 1/2 colher (sopa) de **sal**
- 250 g de **frutas cristalizadas** mistas picadas
- 250 g de **uva passa preta** sem sementes
- 6 **ovos**
- 7 tabletes de **fermento biológico** fresco (105 g)

PARA PINCELAR

- 1 colher (chá) de **leite**
- 1 **gema**

ACESSÓRIOS

- 2 **fôrmas de papel para panetone** com capacidade para 1 kg

média dificuldade

32 fatias

257 calorias por fatia

prepare **ANTES**

PREPARO

1 Dissolva o fermento na água. Misture a uma xícara e meia de farinha. Cubra e deixe descansar por 2 horas. Adicione os ovos, a manteiga, o açúcar, o sal e a casca de laranja. Aos poucos, misture a farinha restante. Amasse por 5 minutos. Unte as fôrmas com manteiga.

2 Divida a massa ao meio. Abra um retângulo de 35 x 40 cm. Misture as frutas com as passas. Envolva levemente em farinha. Distribua metade das frutas sobre a massa e enrole pelo comprimento. Dobre ao meio. Forme uma bola. Coloque na fôrma. Faça o mesmo com a massa restante e deixe crescer por 2 horas.

3 Aqueça o forno em temperatura baixa. Faça um corte em cruz no topo da massa. Pincele com a gema diluída no leite e asse por 45 minutos. Cubra com papel-alumínio e asse por mais 15 minutos. Deixe esfriar e sirva.

DICA DA BETTINA

Você pode preparar esta receita com até dez dias de antecedência e guardar num saco plástico fechado, especial para alimentos, em lugar seco e fresco.

pão branco com cobertura de açúcar

média dificuldade

20 fatias

178 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

MASSA

- 4 xícaras de **farinha de trigo**
- 1/2 xícara de **leite** morno (para dissolver o fermento)
- 1/2 xícara de **manteiga** derretida
- 1/3 xícara de **leite** morno (para a massa)
- 2 colheres (chá) de **vanilina**
- 3 **ovos**
- 1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

COBERTURA

- 1 xícara de **açúcar de confeiteiro**
- 1/3 xícara de **leite**

PARA PINCELAR

- 2 colheres (sopa) de **café** forte
- 1 **gema**

TROCA FÁCIL

A vanilina é formada por pequenos cristais com aroma artificial de baunilha. Também é conhecida por açúcar vanile. Se quiser, a substitua por uma colher (chá) de essência de baunilha.

LUIS GOMES

DICA DA BETTINA

Para fazer a massa crescer em lugar aquecido, deixe o forno aceso por 5 minutos em temperatura baixa, apague e deixe a massa descansar lá dentro.

PREPARO

MASSA

1 Dissolva o fermento no leite. Coloque na batedeira ou no processador, acrescente os ovos, o leite, três xícaras de farinha, a manteiga e a vanilina e bata até misturar bem.

2 Coloque a farinha restante numa superfície lisa e, por cima, derrame a mistura batida. Amasse bem até obter uma massa homogênea. Divida-a em duas partes e forme duas bolas.

3 Coloque-as numa assadeira untada com manteiga e cubra com um pano. Deixe **crescer** por 1 hora em lugar aquecido.

4 Aqueça o forno em temperatura média e asse por 20 minutos. Misture a gema com o café e pincele os pães. Asse por mais 20 minutos ou até dourar. Retire do forno.

COBERTURA

Misture o açúcar com o leite até ficar cremoso. Espalhe sobre os pães e deixe secar antes de servir.

pão com recheio de creme

fácil

20 fatias

212 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

MASSA

- 2 xícaras de **farinha de trigo**
- 1/2 xícara de **água** morna
- 1/2 xícara de **açúcar**
- 1/2 xícara de **manteiga** derretida
- 1/2 xícara de **maisena**
- 1/2 colher (chá) de **casca de limão** ralada
- 2 **ovos** batidos
- 1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

RECHEIO

- 2 xícaras de **leite**
- 1/3 xícara de **açúcar**
- 1/4 xícara de **farinha de trigo**
- 2 colheres (sopa) de **manteiga**
- 2 **gemas**

COBERTURA

- 1 1/2 xícara de **açúcar de confeiteiro**
- 1/4 xícara de **leite**

ACESSÓRIO

Fôrma de buraco no meio de 23 cm de diâmetro

ANTONIO RODRIGUES

PREPARO

MASSA

1 Dissolva o fermento na água. Junte o açúcar e a manteiga e misture. Acrescente a farinha e a maisena, mexendo. Adicione a casca de limão.

2 Bata os ovos na batedeira. Aos poucos, junte a massa, batendo até ficar uniforme. Despeje na fôrma, cubra e deixe crescer. Aqueça o forno em temperatura média e asse até dourar bem. Desenforme ao esfriar.

RECHEIO

1 Cozinhe a farinha com a manteiga em fogo médio, mexendo sempre, até a manteiga derreter. Junte o açúcar e, aos poucos, o leite, mexendo sempre, até obter um creme liso.

2 Adicione as gemas e cozinhe, mexendo, por uns 3 minutos. Deixe esfriar. Corte o pão ao meio e recheie com o creme.

DICA DA BETTINA

Se a cobertura ficar muito líquida, é só acrescentar um pouco mais de açúcar.

COBERTURA

Misture o leite com o açúcar até obter uma cobertura **cremosa**. Espalhe sobre o pão e sirva.

pão com ricota e frutas cristalizadas

LUIZ ROBERTO PEREIRA

média dificuldade

30 fatias

160 calorias por fatia

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

Massa

- 4 xícaras de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **leite** morno
- 1/4 xícara de **açúcar**
- 2 colheres (sopa) de **manteiga**
- 1 colher (chá) de **sal**
- 2 **ovos**
- 1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

Recheio

- 1 xícara de **frutas cristalizadas** mistas picadas
- 1/2 xícara de **açúcar**
- 1/2 xícara de **uva passa preta** sem sementes
- 2 colheres (sopa) de **manteiga**
- 1 colher (chá) de **essência de baunilha**
- 400 g de **ricota**
- 2 **ovos**

Para pincelar

- 2 colheres (sopa) de **café**
- 2 **gemas**

PREPARO

Massa

1 Dissolva o fermento no leite. Junte o açúcar e uma xícara da farinha, misture e deixe crescer por 30 minutos. Acrescente os ovos, o sal, a manteiga e a farinha restante. Amasse até obter uma massa lisa e firme.

2 Divida a massa ao meio. Com um rolo, abra cada porção num retângulo de 25 x 35 cm, com 1 cm de espessura. Reserve.

Recheio

Misture todos os ingredientes e reserve.

Montagem

1 Distribua o recheio entre os retângulos de massa e enrole-os como um rocambole, pelo lado maior. Dobre as extremidades para fechar.

2 Unte duas assadeiras com manteiga e coloque os pães. Misture as gemas com o café e pincele os pães. Deixe crescer. Aqueça o forno em temperatura alta e asse os pães por 30 minutos ou até dourarem bem.

pão de mel

JOÃO AVILA

média dificuldade

100 unidades

134 calorias por unidade

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

Massa

- 4 1/2 xícaras de **farinha de trigo**
- 2 2/3 xícaras de **açúcar mascavo**
- 2 xícaras de **água**
- 1 xícara de **leite**
- 1 xícara de **mel**
- 2 colheres (sopa) de **chocolate** em pó
- 1 colher (sopa) de **bicarbonato de sódio**
- 1/2 colher (chá) de **cravo** em pó
- 1/2 colher (chá) de **canela** em pó
- 4 **ovos**

Cobertura

- 500 g de **gotas de chocolate** para cobertura

Acessórios

- **Fôrmas de pão de mel** com 6,5 cm de diâmetro

PREPARO

1 Ferva o açúcar mascavo com a água por 20 minutos ou até a calda ficar encorpada. Deixe esfriar. Numa tigela, bata as claras em neve e reserve.

2 Misture a farinha e as especiarias à calda. Adicione o chocolate, o bicarbonato dissolvido no leite e as gemas. Junte as claras e o mel e misture delicadamente. Aqueça o forno em temperatura média.

3 Unte as fôrmas com manteiga e polvilhe com farinha de trigo. Coloque-as numa assadeira e encha cada uma com duas colheres (sopa) da massa. Asse por 20 minutos ou até a borda da massa começar a se soltar. Desenforme ao esfriar.

Cobertura

1 Derreta as gotas de chocolate em banho-maria. Misture bem. Desligue o fogo, mas não retire a panela do banho-maria.

2 **Banhe** cada pão-de-mel na **cobertura.** Deixe escorrer e firmar em papel-manteiga antes de servir.

DICA DA BETTINA

Caso a cobertura endureça, basta aquecer de novo a água do banho-maria e misturar bem o chocolate.

JOÃO AVILA

pãozinho de maçã

média dificuldade

22 unidades

202 calorias por unidade

prepare ANTES

INGREDIENTES

- 2 de **farinha de trigo**
- 3/4 de **leite** quente
- 2/3 de **manteiga**
- 1/4 de **água** morna
- 1/3 de **açúcar**
- 2 (chá) de **sal**
- 3 **maçãs** verdes pequenas sem casca e sem sementes, em fatias
- 3 **ovos** batidos
- 2 tabletes de **fermento biológico** fresco (30 g)

PARA POLVILHAR

- 4 (sopa) de **açúcar**
- 2 (chá) de **canela**

PREPARO

1 Dissolva o fermento na água. Misture com o leite, o açúcar, o sal, um terço de xícara de manteiga e os ovos. Acrescente, aos poucos, a farinha, mexendo sempre. Amasse bem. Cubra e deixe na geladeira por 2 horas.

2 Abra a massa num retângulo de 30 x 40 cm. Ponha a manteiga restante no centro. Dobre a parte de cima sobre a manteiga e a de baixo para cima.

3 Abra a massa de novo na mesma medida. Forre uma assadeira grande com filme plástico, ponha a massa, cubra e deixe na geladeira até o dia seguinte.

4 Cozinhe a maçã em água. Reserve. Divida a massa ao meio. Abra cada parte num retângulo de 22 x 35 cm. Corte em tiras de 2 cm. Enrole cada tira como uma espiral e arrume-as lado a lado.

5 Distribua as fatias de **maçã** no centro das espirais, polvilhe com açúcar e canela, cubra e deixe crescer por pelo menos 30 minutos. Aqueça o forno em temperatura média. Asse por 12 minutos ou até o fundo dourar ligeiramente.

ANDRE FORTES

pãozinho de mandioca

fácil

58 unidades

112 calorias por unidade

prepare ANTES

INGREDIENTES

- 8 de **farinha de trigo**
- 1 de **açúcar**
- 1 de **leite** morno
- 1/2 de **manteiga**
- 1 kg de **mandioca** sem casca, em pedaços
- 4 **ovos** ligeiramente batidos
- 2 tabletes de **fermento biológico** fresco (30 g)
- 1 pitada de **sal**

PARA PINCELAR

- 1 (sopa) de **água**
- 3 **gemas**

PARA POLVILHAR

- 3/4 de **açúcar granulado**

PREPARO

1 Cozinhe a mandioca em fogo alto, com água suficiente para cobri-la, até ficar macia. Escorra. Passe no espremedor e reserve.

2 Dissolva o fermento no leite. Junte os ovos, a farinha, a mandioca, a manteiga, o açúcar e o sal. Amasse bem.

3 Unte uma assadeira com manteiga. Molde os pãezinhos e coloque-os na assadeira, deixando espaço entre eles. Deixe crescer por 1 hora.

4 Misture as gemas com a água e pincele os pães. Polvilhe com o açúcar. Aqueça o forno em temperatura alta e asse por 20 minutos ou até começarem a dourar. Sirva quando estiverem frios.

DICA DA BETTINA

Se preferir, substitua o fermento fresco por dois envelopes (7 g cada um) de fermento biológico seco granulado.

ANTONIO RODRIGUES

pãozinho simples

fácil

20 unidades

123 calorias por unidade

prepare ANTES

INGREDIENTES

- 3 1/2 [xíc.] de **farinha de trigo**
- 1 [xíc.] de **leite** morno
- 1/3 [xíc.] de **açúcar**
- 1/4 [xíc.] de **manteiga**
- 2 [colher] (chá) de **sal**
- 2 tabletes de **fermento biológico** fresco (30 g)

PREPARO

1 No liquidificador, coloque o fermento, o leite, o açúcar, meia xícara da farinha e a manteiga. Bata até a mistura ficar homogênea. Transfira para uma tigela.

2 Acrescente a farinha restante e o sal. Misture. Amasse bem, até obter uma massa lisa. Faça bolinhas de 3 cm de diâmetro e coloque-as numa assadeira não untada. Cubra com um pano e deixe crescer por 1 hora ou até dobrar de volume em lugar aquecido *(veja dica na página 80)*. Aqueça o forno em temperatura alta.

3 Com uma tesoura, faça cortes em cruz sobre cada pãozinho. Asse por 35 minutos ou até a parte inferior ficar dourada.

DICA DA BETTINA

O fermento biológico fresco, por ser um produto de curta validade (45 dias), que não pode ser congelado, deve ser comprado na quantidade certa da receita. É vendido em tabletes de 15 g e em embalagens de 200 g. Verifique se está claro e seco, sem manchas ou bolor. Se partir com dificuldade ou estiver melado, jogue fora.

rolinhos com uva passa

MARI QUEIROZ

média dificuldade

18 fatias

302 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

MASSA

- 2 [xíc.] de **farinha de trigo**
- 3/4 [xíc.] de **leite** morno
- 6 [colher] (sopa) de **açúcar**
- 3 [colher] (sopa) de **manteiga** derretida
- 1 [colher] (chá) de **sal**
- 3 **ovos**
- 3 tabletes de **fermento biológico** fresco (45 g)

RECHEIO

- 1/2 [xíc.] de **açúcar**
- 4 [colher] (sopa) de **manteiga**
- 2 [colher] (sopa) de **óleo**
- 300 g de **uva passa preta** sem sementes

PARA PINCELAR

- 2 **gemas**

PARA POLVILHAR

Açúcar de confeiteiro

ACESSÓRIO

Fôrma com 30 cm de diâmetro

PREPARO

MASSA

1 Esmigalhe o fermento com o açúcar. Adicione o leite e uma xícara de farinha. Misture. Deixe descansar por 20 minutos.

2 Junte a farinha restante, os ovos, a manteiga e o sal. Amasse bem. Deixe crescer até dobrar de volume.

RECHEIO

1 Derreta a manteiga. Junte os demais ingredientes e misture bem. Abra a massa até obter um retângulo de 40 x 50 cm com 0,5 cm de espessura.

2 Cubra com o recheio e enrole pelo lado mais comprido, como um rocambole. Corte em seis fatias iguais. Unte a fôrma com manteiga.

3 Ponha as fatias na fôrma, deixando um espaço entre elas. Deixe crescer por 30 minutos. Aqueça o forno em temperatura alta.

4 Pincele com as gemas e asse por 30 minutos ou até dourar. Desenforme ao esfriar e polvilhe com o açúcar de confeiteiro.

PEDRO RUBENS

rolinhos de canela

média dificuldade

12 fatias

294 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

MASSA

- 2 1/2 ☕ de **farinha de trigo**
- 1/3 ☕ de **leite** fervente
- 1/4 ☕ de **açúcar**
- 1/4 ☕ de **manteiga**
- 1/2 🥄 (chá) de **sal**
- 1 **ovo**
- 1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

RECHEIO

- 2 ☕ de **açúcar**
- 1/2 ☕ de **uva passa** preta picada
- 1/4 ☕ de **manteiga** derretida
- 2 🥄 (chá) de **canela**

COBERTURA

- 2 🥄 (sopa) de **açúcar**
- 2 🥄 (sopa) de **manteiga**
- 1 🥄 (chá) de **canela**

PREPARO

MASSA

Misture o leite, o açúcar, o sal e a manteiga. Deixe amornar. Adicione o fermento, o ovo e duas xícaras da farinha. Mexa bem. Junte a farinha restante aos poucos. Amasse até ficar homogêneo. Pincele com óleo, cubra e deixe crescer. Abra a massa até obter um retângulo de 30 x 40 cm.

RECHEIO

1 Pincele a massa com a manteiga. Polvilhe com o açúcar, a canela e as passas. Enrole pelo lado mais comprido e corte em doze fatias.

2 Coloque as fatias num refratário, deixando um espaço de 1 cm entre elas. Cubra e deixe crescer. Aqueça o forno em temperatura média e asse por 30 minutos ou até dourar.

COBERTURA

Misture todos os ingredientes. Cozinhe em fogo alto até dissolver o açúcar e pincele a rosca ainda quente. Desenforme quando estiver morna.

rolinhos de castanha-do-pará

FOTOS: EDUARDO POZELLA

média dificuldade

9 fatias

751 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

MASSA

- 4 ☕ de **farinha de trigo**
- 1/2 ☕ de **açúcar**
- 8 🥄 (sopa) de **óleo**
- 5 🥄 (sopa) de **leite**
- 1 1/2 🥄 (sopa) de **fermento químico** em pó
- 250 g de **ricota**
- 1 **ovo**

RECHEIO

- 2/3 ☕ de **creme de leite**
- 4 🥄 (sopa) de **açúcar**
- 2 🥄 (sopa) de **manteiga**
- 200 g de **uva passa** embebida em **rum**
- 100 g de **castanha-do-pará** moída
- 100 g de **castanha-do-pará** picada

PARA POLVILHAR

Açúcar de confeiteiro

ACESSÓRIO

Fôrma de abrir com 23 cm de diâmetro

DICA DA BETTINA

Depois de assados, os rolos crescem e se juntam. Podem ser servidos destacados ou em fatias.

PREPARO

MASSA

Passe a ricota pela peneira. Junte o ovo, o açúcar, o leite e o óleo. Bata bem. Acrescente a farinha e o fermento e mexa. Amasse rapidamente. Com um rolo, abra a massa até obter um retângulo de 30 x 36 cm.

RECHEIO

1 Misture bem a manteiga, o creme de leite, a castanha moída e o açúcar. Espalhe sobre a massa. Polvilhe com a uva passa e a castanha picada. **Enrole** como um rocambole. Aperte as bordas.

2 **Corte** em nove fatias. Unte a fôrma com manteiga. Coloque os rolos um ao lado do outro, de pé, na fôrma e achate-os ligeiramente. Aqueça o forno em temperatura alta.

3 Asse por 40 minutos ou até dourar. Desenforme, polvilhe com açúcar de confeiteiro e sirva.

rolinhos de pecã

INGREDIENTES

Massa

- 2 1/2 ☕ de **farinha de trigo**
- 1/2 ☕ de **manteiga** amolecida
- 1/3 ☕ de **iogurte** natural
- 3 🥄 (sopa) de **açúcar**
- 3 🥄 (sopa) de **água** morna
- 3 🥄 (sopa) de **leite**
- 2 🥄 (chá) de **suco de limão**
- 1/2 🥄 (chá) de **essência de baunilha**
- 1/2 🥄 (chá) de **sal**
- 2 tabletes de **fermento biológico** fresco (30 g)
- 1 **gema**

Recheio

- 1 1/3 ☕ de **pecãs** inteiras
- 1 1/3 ☕ de **pecã** picada
- 1 1/4 ☕ de **manteiga** amolecida
- 1/2 ☕ de **açúcar mascavo**
- 1/3 ☕ de **passas pretas** sem sementes
- 1/4 ☕ de **mel**
- 1/4 ☕ de **rum**
- 9 🥄 (sopa) de **açúcar**
- 2 🥄 (chá) de **canela**

Acessórios

- 17 **fôrmas de muffin** de 7,5 cm de diâmetro

média dificuldade

17 unidades

400 calorias por unidade

prepare **ANTES**

DICA DA BETTINA
Estes rolinhos podem ser embrulhados em papel-alumínio e congelados por duas semanas. Antes de servir, aqueça-os, ainda embrulhados, no forno.

PEDRO RUBENS

PREPARO

Massa

Misture a água, o açúcar, o sal e o fermento. Deixe descansar. Junte o leite, o iogurte, o suco de limão, a gema, a baunilha, uma xícara e meia da farinha e a manteiga e mexa bem. Amasse, juntando a farinha restante, aos poucos. Cubra e deixe na geladeira até o dia seguinte.

Recheio

1 Aqueça as passas com o rum. Reserve. Bata uma xícara e um terço da manteiga com sete colheres (sopa) do açúcar, o açúcar mascavo e o mel. Despeje nas fôrmas e cubra com as pecãs inteiras.

2 Abra a massa num retângulo de 25 x 30 cm. Pincele com a manteiga restante. Escorra as passas e espalhe por cima. Misture o açúcar restante com a canela e polvilhe sobre a massa. Cubra com a pecã picada e enrole pelo lado mais comprido.

3 Corte o rolo em 17 fatias. Coloque-as nas fôrmas. Cubra e deixe crescer até 1 cm acima da borda. Aqueça o forno em temperatura média e asse por 35 minutos. Desenforme e sirva frio.

rosca com creme

INGREDIENTES

Massa

- 4 ☕ de **farinha de trigo**
- 3/4 ☕ de **leite** quente
- 1/3 ☕ de **açúcar**
- 1/3 ☕ de **manteiga**
- 1/4 ☕ de **água** morna
- 1 🥄 (chá) de **sal**
- 2 **ovos**
- 2 tabletes de **fermento biológico** fresco (30 g)

Recheio

- 2 ☕ de **leite**
- 1/2 ☕ de **açúcar**
- 3 🥄 (sopa) de **farinha de trigo**
- 1 🥄 (chá) de **essência de baunilha**
- 3 **gemas**

Cobertura

- 1 ☕ de **açúcar de confeiteiro**
- 1/3 ☕ de **coco** ralado
- 2 🥄 (sopa) de **água**

FOTOS: LUIZ R. PEREIRA

média dificuldade

12 fatias

307 calorias por fatia

prepare **ANTES**

PREPARO

Massa

Dissolva o fermento na água. Misture a manteiga com o leite. Adicione o açúcar, o sal, os ovos e o fermento. Misture bem. Junte a farinha, aos poucos, amassando até obter uma massa lisa. Reserve.

Recheio

Cozinhe todos os ingredientes em fogo baixo, mexendo até engrossar. Deixe esfriar.

Montagem

Divida a massa ao meio. Abra cada parte num retângulo de 40 x 50 cm. Espalhe o recheio na metade da área, no sentido do comprimento. Dobre a massa sobre o recheio e feche as bordas. Enrole como um rocambole e torça algumas vezes. **Junte** as pontas. Repita a operação com a massa restante. Ponha os pães numa assadeira untada com manteiga e deixe crescer. Aqueça o forno em temperatura média. Asse por 30 minutos ou até dourar.

Cobertura

Junte a água ao açúcar, mexendo até obter um creme grosso. Espalhe sobre os pães e polvilhe com o coco.

LUIZ ROBERTO PEREIRA

rosca com damasco e cardamomo

média dificuldade

12 fatias

298 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

MASSA

- 5 xícaras de **farinha de trigo**
- 2/3 xícara de **açúcar**
- 1/2 xícara de **água** morna
- 1/2 xícara de **damasco seco** picado
- 1/2 xícara de **leite** quente
- 1/4 xícara de **manteiga**
- 1 1/2 colher (chá) de **sal**
- 1 colher (chá) de sementes de **cardamomo** moídas
- 2 **ovos** ligeiramente batidos
- 2 tabletes de **fermento biológico** fresco (30 g)

PARA PINCELAR

- 2 colheres (sopa) de **café**
- 2 **gemas**

PREPARO

1 Dissolva o fermento na água. Deixe descansar por alguns minutos. Misture o leite com o açúcar, o sal e a manteiga. Deixe amornar. Adicione a mistura de fermento, os ovos, três xícaras de farinha, o cardamomo e o damasco. Bata até obter uma mistura lisa.

2 Acrescente a farinha restante e amasse até a massa ficar elástica. Forme uma bola, unte com óleo, cubra e deixe em lugar aquecido até dobrar de volume.

3 Com a mão fechada, abaixe a massa. Divida-a em três partes e faça um rolo com cada uma. Trance os rolos, dê um acabamento nas pontas e faça um círculo. Unte uma assadeira com manteiga e ponha a rosca.

4 Cubra e deixe dobrar de volume em lugar aquecido *(veja dica na página 80)*. Aqueça o forno em temperatura média. Pincele com as gemas misturadas ao café e asse por 35 minutos ou até dourar.

CLAUDIO PINHEIRO

DICA DA BETTINA

O fermento seco granulado tem uma grande vantagem: dura até um ano sem estragar. Além disso, pode ser misturado direto na farinha sem ser diluído.

rosca de açúcar mascavo

média dificuldade

12 fatias

248 calorias por fatia

prepare ANTES

INGREDIENTES

- 3 xícaras de **farinha de trigo**
- 2 xícaras de **açúcar mascavo**
- 1/4 xícara de **água** morna
- 2 colheres (sopa) de **manteiga** derretida
- 1 colher (chá) de **açúcar**
- 2 **ovos**
- 1 envelope de **fermento biológico** seco granulado (7 g)
- 1/2 lata de **leite condensado**

ACESSÓRIOS

- **Fôrma** de 25 cm de diâmetro
- **Refratário** de 11 cm de diâmetro

PREPARO

1 Misture o fermento com o açúcar e a água morna. Junte o leite condensado, os ovos e a manteiga e mexa bem. Aos poucos, adicione duas xícaras da farinha, mexendo.

2 Espalhe a farinha restante numa superfície e sove a massa até formar uma bola. Cubra e deixe crescer. Unte a fôrma com manteiga.

3 Abra a massa num retângulo de 27 x 45 cm. Polvilhe com o açúcar mascavo. Enrole pelo lado maior como um rocambole. Junte as pontas, formando um anel. Faça um corte profundo na superfície, sem chegar à emenda.

4 Disponha a rosca na fôrma e, no centro, coloque o refratário. Cubra e deixe descansar por 30 minutos. Aqueça o forno em temperatura média.

5 Asse por 15 minutos ou até a massa firmar. Retire o refratário. Asse por mais 20 minutos ou até dourar. Sirva quando estiver morna.

JOÃO AVILA

rosca de mandioca

média dificuldade

16 fatias

323 calorias por fatia

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

Massa

- 5 (xícara) de **farinha de trigo**
- 1 1/2 (xícara) de **mandioca** cozida e espremida (300 g)
- 2 (xícara) de **leite** morno
- 1/2 (xícara) de **açúcar**
- 1/2 (xícara) de **manteiga** amolecida
- 1 (colher) (chá) de **sal**
- 1/2 (colher) (chá) de **canela**
- 2 **ovos**
- 1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

Cobertura

- 2 (xícara) de **açúcar de confeiteiro**
- 1/4 (xícara) de **leite**

Para pincelar

- 1 **gema**

Acessório

Fôrma de buraco no meio de 35 cm de diâmetro

PREPARO

Massa

1 Dissolva o fermento no leite, adicione uma xícara da farinha e misture. Cubra e deixe crescer.

2 Na batedeira, bata os ovos com o açúcar. Junte a manteiga, o sal e a canela e, depois, a mandioca e a mistura de fermento, batendo bem.

3 Junte a farinha restante, aos poucos, mexendo com a ponta dos dedos. Sove até formar bolhas na massa. Faça uma bola, cubra e deixe crescer. Unte a fôrma com manteiga.

4 Divida a massa em três partes e faça três rolos. Faça uma trança com os rolos. Coloque-a na fôrma, cubra e deixe crescer. Aqueça o forno em temperatura alta. Pincele a rosca com a gema e asse por 40 minutos ou até dourar.

Cobertura

Cozinhe o açúcar e o leite em banho-maria até a mistura ficar homogênea. Espalhe sobre a rosca ainda quente. Deixe esfriar e sirva.

PEDRO RUBENS

ORIGEM

O scone é um tradicional pão escocês. A versão original era feita com aveia e cozida sobre uma grade. Hoje é mais delicado e servido com geléia ou manteiga.

scone

fácil

8 fatias

411 calorias por fatia

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

- 3 (xícara) de **farinha de trigo**
- 1 (xícara) de **passa preta** sem sementes
- 1/2 (xícara) de **leite**
- 1/2 (xícara) de **manteiga** gelada em pedaços
- 6 (colher) (sopa) de **açúcar**
- 1 1/2 (colher) (sopa) de **fermento químico** em pó
- 1 **gema**
- 1 **ovo** grande
- 1 pitada de **sal**

Para pincelar

- 1 **gema** batida com 2 (colher) (sopa) de **água**

Para polvilhar

- 1/3 (xícara) de **açúcar**

Acessório

Fôrma de 35 cm de diâmetro

PREPARO

1 Aqueça o forno em temperatura média. Vire a fôrma para baixo e unte o fundo.

2 Misture a farinha, o açúcar, o fermento e o sal. Adicione a manteiga e misture com a ponta dos dedos até obter uma farofa.

3 Acrescente o leite, o ovo, a gema e as passas e misture apenas para incorporar os ingredientes e obter uma massa pegajosa.

4 Com as mãos enfarinhadas, achate a massa num disco de 23 cm de diâmetro sobre o fundo da assadeira. Deixe descansar por 15 minutos.

5 Pincele a massa com a gema e polvilhe com o açúcar. Com uma faca grande, marque a massa como se fosse cortar em oito fatias. Asse por 15 minutos ou até dourar.

MARI QUEIROZ

sonho com recheio de chocolate

média dificuldade | 24 unidades | 213 calorias por unidade | prepare ANTES

INGREDIENTES

- 3 3/4 ☕ de **farinha de trigo**
- 1/2 ☕ de **água** morna
- 1/2 ☕ de **leite**
- 1/3 ☕ de **açúcar**
- 1/3 ☕ de **manteiga**
- 1 🥄 (chá) de **sal**
- 150 g de **chocolate** meio amargo cortado em 24 pedaços
- 3 **gemas**
- 2 tabletes de **fermento biológico** fresco (30 g)

Acessório

Cortador de biscoito com 7 cm de diâmetro

Para pincelar

- 1 **clara**

Para polvilhar

- 1/4 ☕ de **açúcar**

PREPARO

1 Aqueça o leite. Retire do fogo, junte o açúcar, o sal e a manteiga, misture e deixe amornar.

2 Dissolva o fermento na água. Junte as gemas, duas xícaras da farinha e a mistura de leite. Bata na batedeira por 2 minutos. Aos poucos, junte a farinha restante, batendo com uma colher de pau até a massa ficar leve. Cubra e deixe dobrar de volume.

3 Amasse rapidamente. Com um rolo, abra a massa na espessura de 0,5 cm. Com o cortador de biscoito, faça 48 discos.

4 Coloque um tablete de chocolate no centro de metade dos discos. Pincele a borda com a clara. Cubra com outro disco e aperte bem as bordas. Coloque em assadeiras enfarinhadas. Deixe crescer por 30 minutos.

5 Aqueça bastante óleo em fogo baixo. Frite os sonhos um a um, virando-os, até dourarem. Escorra em papel-toalha. Polvilhe com o açúcar e sirva.

LUIZ ROBERTO PEREIRA

stollen

média dificuldade | 10 fatias | 321 calorias por fatia | prepare ANTES

ORIGEM

O stollen é um tradicional pão doce alemão.

INGREDIENTES

Massa

- 2 3/4 ☕ de **farinha de trigo**
- 1/2 ☕ de **frutas cristalizadas** mistas picadas
- 1/2 ☕ de **nozes** picadas
- 1/4 ☕ de **açúcar**
- 1/4 ☕ de **água** morna
- 1/4 ☕ de **leite**
- 1/4 ☕ de **manteiga** amolecida
- 1 🥄 (sopa) de **manteiga** derretida
- 1/2 🥄 (sopa) de **casca de limão** ralada
- 1/2 🥄 (chá) de **sal**
- 1 **ovo**
- 1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

Cobertura

- 1 ☕ de **açúcar de confeiteiro**
- 2 🥄 (sopa) de **leite**

Nozes, cerejas e **frutas cristalizadas** picadas a gosto

Acessório

Assadeira de 25 cm x 30 cm

PREPARO

Massa

1 Dissolva o fermento na água. Junte o leite, o açúcar, o sal, o ovo, a manteiga e uma xícara e um quarto da farinha. Bata até obter uma massa lisa. Adicione a farinha restante, aos poucos, e amasse por 5 minutos ou até ficar elástica. Cubra e deixe crescer.

2 Abaixe a massa. Junte as nozes, as frutas e a casca de limão. Amasse e abra formando um disco com 30 cm de diâmetro. Dobre ao meio. Aperte as bordas e ponha na assadeira untada. Deixe crescer por 30 minutos. Aqueça o forno em temperatura média.

3 Asse por 30 minutos ou até dourar. Deixe esfriar.

Cobertura

Misture o açúcar de confeiteiro com o leite. Espalhe sobre o pão e decore com as frutas.

trança de amêndoa e castanha-do-pará

JORGE BUTSUEM

INGREDIENTES

Massa
- 3 1/2 ☕ de **farinha de trigo**
- 1/2 ☕ de **leite** morno
- 1/3 ☕ de **açúcar**
- 1/4 ☕ de **manteiga** derretida
- 1 🥄 (sopa) de **casca de limão** ralada
- 1 🥄 (chá) de **sal**
- 1/2 🥄 (chá) de **canela**
- **2 ovos**
- 1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

Recheio
- 1/3 ☕ de **açúcar**
- 1/2 🥄 (chá) de **canela**
- 150 g de **castanha-do-pará** moída
- 100 g de **amêndoa** sem pele moída
- **2 claras**

Cobertura
- 1/3 ☕ de **amêndoa** em lascas torrada
- 1/4 ☕ de **geléia de damasco** derretida

Para pincelar
- **1 gema** batida

média dificuldade

24 fatias

210 calorias por fatia

prepare **ANTES**

PREPARO

Massa
Misture a farinha, o fermento e o leite. Deixe descansar. Bata os ovos com a manteiga e adicione à mistura. Junte os demais ingredientes e amasse. Forme uma bola, cubra e deixe crescer. Amasse novamente. Deixe crescer.

Recheio
Misture os ingredientes. Unte uma assadeira com manteiga. Abra a massa num retângulo de 35 x 40 cm. Espalhe o recheio deixando uma borda. **Pincele** a borda com a gema e enrole. **Corte** a massa em duas partes pelo comprimento. Coloque-as lado a lado com a face cortada para fora. Pincele as pontas com a gema, **entrelace** as partes e una as pontas. Pincele com a gema restante. Cubra e deixe crescer por 20 minutos. Aqueça o forno em temperatura alta e asse por 40 minutos.

Cobertura
Pincele o pão ainda quente com a geléia e cubra com as amêndoas.

LUIZ ROBERTO PEREIRA

trança de cará

INGREDIENTES

Fermento básico
- 3/4 ☕ de **farinha de trigo**
- 2 ☕ de **leite** morno
- 2 🥄 (chá) de **açúcar**
- 3 tabletes de **fermento biológico** fresco (45 g)

Massa
- 10 ☕ de **farinha de trigo** (1,2 kg)
- 2 ☕ de **açúcar**
- 1 ☕ de **manteiga** derretida
- 500 g de **cará** cozido, descascado e passado pelo espremedor
- **6 ovos**

Para pincelar
- **4 gemas**

Para polvilhar
- 1/2 ☕ de **açúcar granulado**

PREPARO

Fermento básico
Esmigalhe o fermento, junte o açúcar e o leite e mexa bem. Adicione a farinha, misture e deixe dobrar de volume.

Massa
1 Bata os ovos com o açúcar até obter uma mistura leve e fofa. Junte o cará e a manteiga e bata bem. Acrescente o fermento e a farinha e, com uma colher de pau, bata até a massa ficar macia. Cubra e deixe dobrar de volume.

2 Divida a massa ao meio. Faça três rolos com uma metade. **Trance** os rolos e dê um acabamento nas pontas. Faça o mesmo com a outra metade.

3 Unte uma assadeira grande com manteiga e polvilhe com farinha. Ponha as tranças na assadeira e deixe crescer por 20 minutos. Aqueça o forno em temperatura alta.

4 Pincele as tranças com as gemas e polvilhe com o açúcar. Asse por 35 minutos ou até dourar bem.

média dificuldade

24 fatias

416 calorias por fatia

prepare **ANTES**

trança de maçã

JOÃO AVILA

INGREDIENTES

MASSA

- 3 3/4 xícara (chá) de **farinha de trigo**
- 1/2 xícara (chá) de **leite**
- 1/3 xícara (chá) de **açúcar**
- 1/3 xícara (chá) de **manteiga**
- 1/4 xícara (chá) de **água** morna
- 1 colher (chá) de **casca de limão** ralada
- 1 colher (chá) de **sal**
- 1 **ovo**
- 1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

RECHEIO

- 1 xícara (chá) de **uva passa preta** sem sementes
- 2/3 xícara (chá) de **água**
- 1/3 xícara (chá) de **açúcar mascavo**
- 1 colher (sopa) de **suco de limão**
- 1 **maçã verde** sem casca, em cubos

PARA PINCELAR

- 2 colheres (sopa) de **açúcar**
- 1 colher (sopa) de **manteiga**

média dificuldade

20 fatias

177 calorias por fatia

prepare **ANTES**

PREPARO

MASSA

1 Ferva a manteiga com o açúcar, o sal e o leite. Deixe amornar. Dissolva o fermento na água. Junte o ovo, a casca de limão e o leite morno. Adicione a farinha, aos poucos, mexendo até formar uma massa firme.

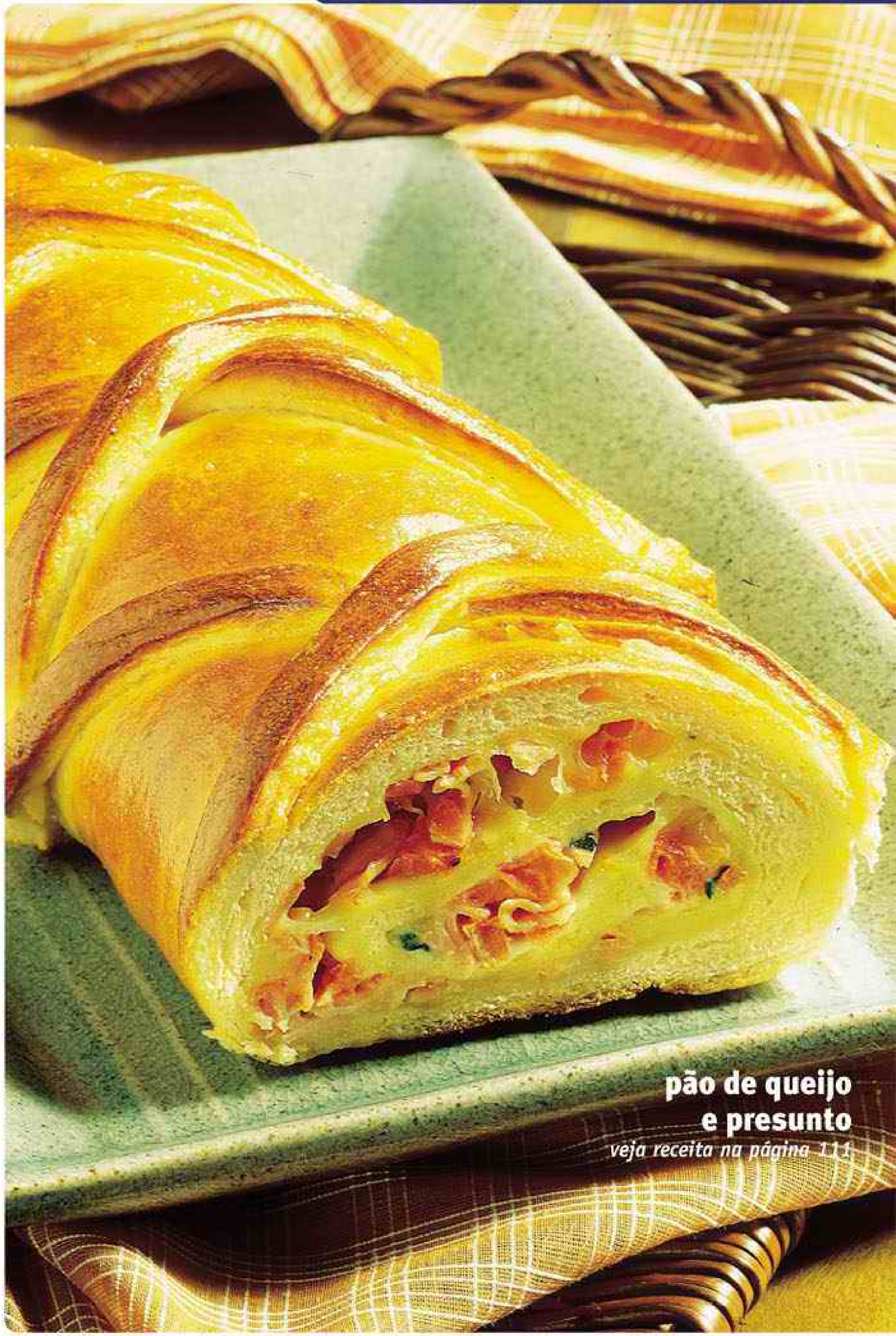
2 Amasse até ficar lisa. Forme uma bola, cubra e deixe descansar até dobrar de volume.

RECHEIO

1 Misture todos os ingredientes e cozinhe em fogo alto, mexendo, até engrossar. Deixe esfriar.

2 Abra a massa num retângulo de 35 cm x 40 cm. Corte três tiras no sentido do comprimento. Espalhe o recheio sobre elas. Enrole como um rocambole. Ponha os rolos numa assadeira untada com manteiga e trance. Deixe dobrar de volume. Aqueça o forno em temperatura média.

3 Pincele com a manteiga e polvilhe com o açúcar. Asse por 40 minutos ou até dourar. Deixe esfriar.



pão de queijo e presunto

veja receita na página 111

LUIZ ROBERTO PEREIRA

bisnaga caseira

fácil

4 unidades

577 calorias por unidade

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

4 xícaras de **farinha de trigo**
1 1/2 xícara de **água** morna
1/4 xícara de **óleo**
1 1/2 colher (chá) de **sal**
1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

PARA PINCELAR

Água

DICA DA BETTINA
Se quiser dar mais sabor à receita, substitua o óleo por azeite de oliva.

PREPARO

1 Dissolva o fermento na água e coloque no processador. Junte a farinha, o óleo e o sal. Bata até obter uma massa homogênea.

2 Transfira para uma superfície lisa e amasse bem.

3 Coloque a massa numa tigela untada com óleo. Gire a massa para untá-la por inteiro. Cubra com um pano e deixe crescer por 30 minutos.

4 Abaixe a massa e divida em quatro partes iguais. Faça quatro rolos de 4 cm de espessura cada um. Cubra e deixe crescer por mais 30 minutos.

5 Aqueça o forno em temperatura bem alta. Unte uma assadeira com óleo.

6 Coloque os rolos na assadeira, deixando um espaço entre eles. Pincele com água e asse por 40 minutos ou até ficarem dourados. Deixe esfriar e sirva.

PEDRO RUBENS

GOSTO FRANCÊS
Os croissants são de origem francesa. Podem ser salgados ou doces, simples ou recheados. Invente as suas variações.

croissant

média dificuldade

48 unidades

100 calorias por unidade

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

4 1/3 xícaras de **farinha de trigo**
1 1/2 xícara de **manteiga**
3/4 xícara de **leite** fervente
1/2 xícara de **água** morna
4 colheres (sopa) de **açúcar**
1 1/2 colher (chá) de **sal**
2 tabletes de **fermento biológico** fresco (30 g)
1 **ovo** ligeiramente batido

PARA PINCELAR

1 colher (sopa) de **leite**
1 **gema**

ACESSÓRIOS

Assadeira grande
Papel-alumínio

PREPARO

1 Bata a manteiga com um terço de xícara da farinha. Ponha sobre papel-alumínio, estenda outra folha por cima e aperte até obter um retângulo de 15 x 20 cm. Deixe na geladeira por 1 hora.

2 Dissolva o fermento na água. Misture o leite, o açúcar e o sal. Deixe amornar. Adicione o fermento e o ovo e misture. Acrescente a farinha restante e amasse bem. Abra num retângulo de 30 x 40 cm. Ponha a manteiga sobre metade da área e dobre a outra metade por cima. Aperte as bordas e abra novamente, formando outro retângulo. Dobre-o em três partes, cubra e leve à geladeira por 15 minutos. Repita mais duas vezes a operação. Deixe a massa gelar por 1 hora.

3 Corte a massa em quatro partes. Abra cada parte e corte em 12 triângulos. Enrole-os em direção a uma das pontas. Ponha na assadeira umedecida, com a ponta voltada para baixo. Curve as laterais para fora, formando uma meia-lua. Cubra e deixe descansar por 45 minutos. Pincele com a gema misturada ao leite. Aqueça o forno em temperatura média e asse por 15 minutos ou até dourar.

focaccia com tomate, queijo e alecrim

SÉRGIO JORGE JACOBOWITZ

FIQUE DE OLHO

Se a massa estiver elástica e encolher na hora de forrar a assadeira, cubra-a novamente e deixe descansar por mais 15 minutos antes de abri-la.

fácil

24 pedaços

153 calorias por pedaço

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

MASSA

- 3 1/2 xícara de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **água** morna
- 3 colher (sopa) de **azeite**
- 1 1/2 colher (chá) de **sal**
- 2 tabletes de **fermento biológico** fresco (30 g)

RECHEIO

- 1/2 xícara de **requeijão cremoso**
- 3/4 xícara de **queijo-de-minas** fresco picado
- 3 colher (sopa) de **azeite**
- 2 colher (sopa) de **manjericão** picado
- 1 colher (sopa) de **alecrim** picado
- 2 **tomates** picados
- 1 **pimenta-dedo-de-moça** picada
- **Sal** e **pimenta-do-reino** a gosto

PARA PINCELAR

- 3 colher (sopa) de **azeite**

ACESSÓRIO

- **Assadeira** de 22 x 30 cm

PREPARO

MASSA

1 Dissolva o fermento na água e deixe descansar por 5 minutos. Misture-o com a farinha de trigo, o sal e o azeite.

2 Amasse sobre uma superfície lisa até formar uma bola macia. Ponha numa vasilha untada com óleo, cubra e deixe crescer por 1 hora em lugar aquecido *(veja a dica na página 80)*. Unte a assadeira com óleo.

3 Abra a massa na assadeira até cobrir o fundo. Cubra e deixe crescer por 30 minutos.

RECHEIO

1 Misture bem todos os ingredientes. Aqueça o forno em temperatura alta.

2 Com o dedo, faça depressões na massa. Pincele com o azeite. Asse por 25 minutos ou até dourar. Quando esfriar, corte em quadrados de 5 cm. Corte cada quadrado ao meio e recheie. Decore com um raminho de alecrim antes de servir.

pão com espinafre

LUIZ ROBERTO PEREIRA

DIFERENTE

Esta receita é uma variação do tradicional brioche francês, um pão de massa leve enriquecida com ovos e manteiga.

média dificuldade

8 fatias

495 calorias por fatia

INGREDIENTES

MASSA

- 2 2/3 xícara de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **manteiga**
- 1/4 xícara de **água** morna
- 1 colher (sopa) de **açúcar**
- 2 **ovos**
- 1 tablete de **fermento biológico** fresco esmigalhado (15 g)
- **Sal** a gosto

RECHEIO

- 1 1/2 xícara de **espinafre** cozido, escorrido e picado
- 1 xícara de **leite**
- 1/3 xícara de **uva passa branca**
- 1/4 xícara de **farinha de trigo**
- 1/4 xícara de **manteiga**
- 1 **cebola** picada
- 1 pitada de **noz-moscada**
- **Sal** e **pimenta-do-reino** a gosto

PARA PINCELAR

- 1 **gema** ligeiramente batida

ACESSÓRIO

- **Fôrma de buraco** no meio de 25 cm de diâmetro

PREPARO

MASSA

1 Aqueça o forno em temperatura alta. Misture o fermento e o açúcar com a água. Junte os ingredientes restantes e bata bem com uma colher de pau até obter uma massa homogênea.

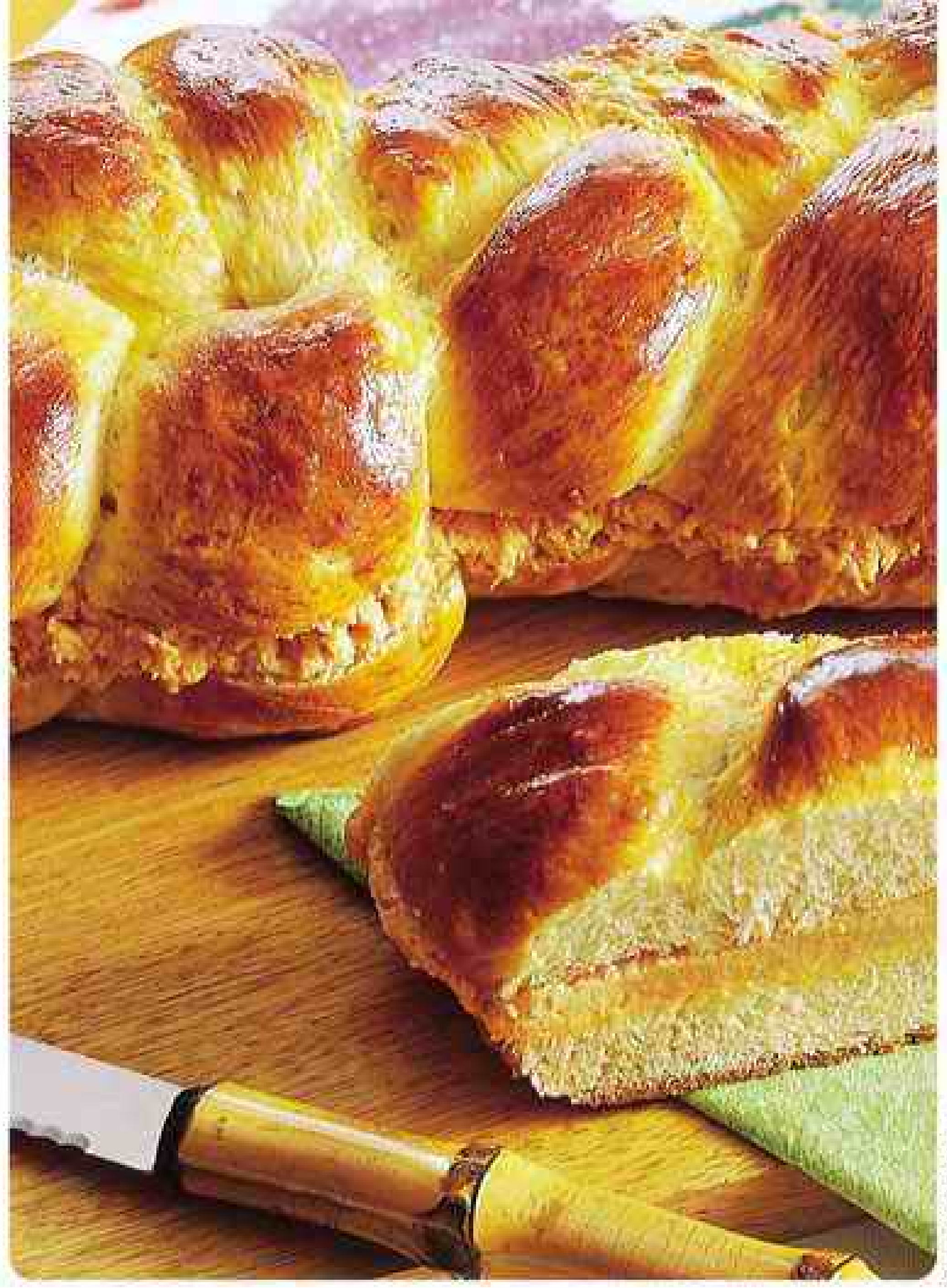
2 Coloque na fôrma untada com manteiga e pincele com a gema. Asse por 45 minutos ou até dourar.

RECHEIO

1 Refogue a cebola na manteiga, em fogo médio, até ficar macia. Acrescente a farinha e misture. Junte o leite, aos poucos, mexendo. Cozinhe em fogo baixo, mexendo, até engrossar.

2 Adicione os demais ingredientes e deixe aquecer. Desenforme o pão, recheie o centro com a mistura de espinafre e sirva.

pão de batata com frango



EDUARDO POZELLA

difícil

12 fatias

580 calorias por fatia

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

Fermento básico

- 1/2 ☕ de **água** morna
- 2 tabletes de **fermento biológico** fresco (30 g)
- 1 pitada de **açúcar**

Massa

- 4 3/4 ☕ de **farinha de trigo**
- 1 1/2 ☕ de **cebola** picada
- 1/3 ☕ de **açúcar**
- 1/4 ☕ de **água** morna
- 4 🥄 (sopa) de **manteiga**
- 2 1/2 🥄 (chá) de **sal**
- 2 **batatas** grandes
- 2 **ovos** grandes

Recheio

- 1/3 ☕ de **azeite**
- 1/2 ☕ de **manteiga**
- 2 🥄 (chá) de **sal**
- 1 🥄 (chá) de **sementes de erva-doce**
- 1 kg de **peito de frango** em pedaços
- 4 dentes de **alho**
- 2 **cebolas** em pedaços
- 1 lata de **tomate pelado** (400 g)

Para pincelar

- 1 🥄 (sopa) de **água**
- 1 **gema**

PREPARO

Fermento básico

Misture os ingredientes e deixe formar espuma.

Massa

Refogue a cebola em uma colher (sopa) de manteiga. Cozinhe as batatas, esprema e reserve. Misture o açúcar, o sal e a manteiga restante com a batata. Adicione a água e os ovos e mexa. Junte o fermento básico e a cebola. Misture. Acrescente a farinha, aos poucos. Misture até formar uma bola. Transfira para uma superfície enfarinhada e amasse até ficar elástica. Forme uma bola, ponha numa tigela untada, cubra e deixe crescer por 45 minutos. Sove a massa. Divida em seis cordões de 25 cm. Monte duas tranças, ponha em assadeiras untadas e deixe crescer por 30 minutos. Aqueça o forno em temperatura média. Pincele os pães com a gema misturada à água. Asse por 35 minutos.

Recheio

Refogue a cebola e o alho na manteiga. Junte os demais ingredientes, menos o azeite. Cozinhe até o frango ficar macio. Bata no processador, juntando o azeite aos poucos. Recheie os pães e sirva.

PEDRO RUBENS

pão de cebola

fácil

40 fatias

328 calorias por fatia

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

- 1 ☕ de **leite** morno
- 1 ☕ de **óleo**
- 1 🥄 (sopa) de **açúcar**
- 1 kg de **farinha de trigo**
- 4 tabletes de **fermento biológico** fresco (60 g)
- 3 **ovos**
- 2 tabletes de **caldo de galinha** (24 g)
- 1 **cebola** grande cortada em quatro
- 1 pitada de **sal**

Para pincelar

- 1 🥄 (chá) de **água**
- 1 **gema**

Acessórios

- 2 **fôrmas de bolo inglês** de 11 x 28 cm

PREPARO

1 Dissolva o fermento no leite. Bata no liquidificador com os demais ingredientes, exceto a farinha, até obter uma mistura homogênea.

2 Passe para uma tigela e, aos poucos, junte a farinha, mexendo primeiro com uma colher de pau e depois com as mãos.

3 Ponha a massa numa superfície lisa, polvilhada com farinha, e amasse bem, acrescentando mais farinha se necessário, até obter uma massa que se desprenda das mãos.

4 Distribua entre as fôrmas untadas com óleo. Cubra com um pano e deixe crescer por 1 hora em lugar aquecido *(veja dica na página 80)*. Aqueça o forno em temperatura alta.

5 Misture a gema com a água e pincele a massa. Asse por 50 minutos ou até dourar. Desenforme e deixe esfriar antes de servir.

pão de ervas

JOÃO ÁVILA

INGREDIENTES
3 1/2 xícaras de **farinha de trigo**
1 xícara de **água** morna
2 colheres (sopa) de **cebolinha verde** picada
2 colheres (sopa) de **manteiga** derretida
1 colher (sopa) de **açúcar**
1 colher (sopa) de **salsa** picada
1 1/2 colher (chá) de **sal**
1 colher (chá) de **endro** seco
1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)
1 **ovo**

Para polvilhar
Alcaravia e **sal** a gosto

Para pincelar
1 **ovo** batido

Acessório
Assadeira grande

fácil

12 unidades

168 calorias por unidade

prepare ANTES

PREPARO

1 Dissolva o fermento na água morna. Junte a manteiga, o açúcar, o sal, a cebolinha, a salsa, o endro e o ovo. Misture. Acrescente a farinha, aos poucos, misturando bem.

2 Coloque a massa numa superfície enfarinhada e amasse bem. Transfira para uma tigela, cubra com um pano e deixe crescer por 1 hora. Aqueça o forno em temperatura alta.

3 Divida a massa em quatro partes. Com um rolo, abra cada parte até obter um quadrado de 24 cm. Corte em três tiras de 8 cm. Enrole cada tira como um rocambole, formando pãezinhos.

4 Coloque na assadeira untada com manteiga. Pincele ligeiramente com o ovo e polvilhe com alcaravia e sal.

5 Asse por 30 minutos ou até dourar ligeiramente. Sirva.

DICA DA BETTINA
Como a massa de pão cresce bastante, use sempre tigelas grandes. Uma vasilha pequena demais pode estragar toda a receita.

PEDRO RUBENS

pão de fôrma

INGREDIENTES
5 xícaras de **farinha de trigo**
2 xícaras de **leite** morno
1/2 xícara de **manteiga**
1 colher (chá) de **sal**
1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

Acessório
Fôrma de bolo inglês de 12 x 29 cm

fácil

20 fatias

168 calorias por fatia

prepare ANTES

PREPARO

1 Misture a farinha, a manteiga, o sal e o fermento. Junte, aos poucos, o leite e amasse até obter uma massa homogênea e macia.

2 Bata a massa vigorosamente sobre uma superfície lisa, até ficar elástica. Coloque-a numa vasilha e cubra com um pano. Deixe descansar por 30 minutos em lugar aquecido *(veja dica na página 80)*.

3 Coloque a massa na fôrma. Deixe descansar por mais 30 minutos. Aqueça o forno em temperatura alta e asse por 45 minutos ou até dourar. Desenforme e deixe esfriar antes de servir.

DICA DA BETTINA
Nas receitas de pão, use leite morno, não quente. O leite quente mata as células vivas do fermento, alterando o resultado da receita.

ANTONIO RODRIGUES

pão de queijo de liquidificador

fácil

20 unidades

231 calorias por unidade

INGREDIENTES

3 xícaras de **polvilho doce** (330 g)
1 xícara de **leite**
1 xícara de **óleo**
300 g de **queijo-de-minas meia cura** cortado em pedaços pequenos
3 **ovos**
Sal a gosto

ACESSÓRIOS

20 forminhas de 3,5 cm de altura e 6,5 cm de diâmetro.

PREPARO

1 Unte as forminhas com manteiga. Reserve. Aqueça o forno em temperatura média.

2 No liquidificador, bata o leite com o óleo, os ovos, o polvilho e sal até obter uma mistura homogênea.

3 Junte o queijo e bata novamente, só para misturar.

4 Despeje nas forminhas e asse por 30 minutos ou até começar a dourar. Retire do forno, desenforme e sirva.

pão de queijo e presunto

INGREDIENTES

RECHEIO

1 xícara de **tomate** picado
2 colheres (sopa) de **cebola** picada
1 colher (sopa) de **azeite**
1 colher (sopa) de **manjericão** picado
1 colher (sopa) de **vinagre**
125 g de **mussarela** picada
125 g de **presunto** picado

MASSA

3 xícaras de **farinha de trigo**
1 xícara de **leite** morno
1 colher (sopa) de **manteiga**
1/2 colher (chá) de **azeite**
1 **ovo**
1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

PARA PINCELAR

1 **gema**

ACESSÓRIO

Assadeira grande

DICA DA BETTINA
Se quiser, use presunto fatiado. Nesse caso, não o misture com os demais ingredientes. Espalhe-o por cima do recheio.

CLÁUDIO PINHEIRO

média dificuldade

12 fatias

201 calorias por fatia

prepare ANTES

PREPARO

RECHEIO

Misture bem todos os ingredientes.

MASSA

1 Dissolva o fermento no leite morno e reserve.

2 Junte a farinha, o fermento, o azeite, a manteiga e o ovo e misture com um garfo. Numa superfície enfarinhada, sove até obter uma massa que se desprenda das mãos. Forme uma bola, cubra e deixe descansar por 1 hora em lugar aquecido *(veja dica na página 80).*

3 Aqueça o forno em temperatura alta e unte a assadeira com manteiga. Abra a massa até obter um retângulo de 30 x 40 cm. Corte pelo comprimento uma tira de 5 cm de largura e, depois, corte-a em cinco tiras de 1 cm. Reserve.

4 Distribua o recheio sobre a massa e enrole-a pelo comprimento. Decore com as tiras, pincele com a gema e coloque na assadeira. Asse em temperatura média por 50 minutos ou até dourar e sirva.

LUIZ ROBERTO PEREIRA

pão indiano com sementes de papoula

fácil

24 unidades

43 calorias por unidade

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

- 1 xícara de **farinha de trigo**
- 1 xícara de **farinha de trigo integral**
- 1/4 xícara de **sementes de papoula**
- 2 colheres (sopa) de **óleo**
- 1/2 colher (chá) de **pimenta calabresa** em flocos
- **Sal** a gosto

PARA FRITAR

- **Óleo**

COMBINAÇÃO PERFEITA

As sementes de papoula são levemente doces e muito usadas na culinária húngara. Devem ser guardadas em recipientes fechados no freezer ou na geladeira.

PREPARO

1 Misture as farinhas, a pimenta e o sal. Faça uma depressão no centro e junte o óleo e duas colheres (sopa) de água morna. Misture com um garfo, fazendo movimentos circulares de dentro para fora. Adicione meia xícara de água morna, aos poucos, misturando até obter uma massa que se desprenda das mãos.

2 Amasse por 3 minutos. Cubra com filme plástico e deixe descansar por 40 minutos. Divida a massa em duas partes e faça dois rolos de 24 cm. Corte cada um em 12 fatias.

3 Faça uma bola com cada fatia. Com um rolo, abra cada bola sobre uma superfície enfarinhada, formando discos. Espalhe as sementes de papoula sobre a superfície e passe o rolo levemente para elas aderirem à massa.

4 Numa panela, aqueça bastante óleo em fogo alto. Frite um círculo de cada vez no óleo bem quente por 15 segundos ou até dourar ligeiramente. Escorra sobre papel-toalha e sirva.

EDUARDO POZELLA

pão integral

fácil

16 fatias

161 calorias por fatia

prepare **ANTES**

INGREDIENTES

- 4 xícaras de **farinha de trigo integral**
- 1 1/3 xícara de **leite**
- 2 colheres (sopa) de **açúcar mascavo**
- 2 colheres (sopa) de **manteiga**
- 2 colheres (chá) de **sal**
- 2 tabletes de **fermento biológico** fresco esmigalhados (30 g)

ACESSÓRIO

- **Fôrma de bolo inglês** de 26 x 12 cm

PREPARO

1 Numa tigela grande, misture metade da farinha com o fermento. Aqueça o leite com o açúcar, a manteiga e o sal até amornar. Despeje sobre a mistura de farinha e fermento.

2 Bata na batedeira por uns 3 minutos. Acrescente a farinha restante, aos poucos, e misture com uma colher de pau até obter uma massa firme. Ponha numa superfície ligeiramente enfarinhada e amasse por alguns minutos ou até ficar elástica. Coloque numa vasilha untada, cubra e deixe crescer em lugar aquecido por 1 hora *(veja dica na página 80)*.

3 Abaixe a massa, cubra e deixe descansar por mais 10 minutos. Abra e enrole como se fosse um rocambole. Feche bem as pontas. Coloque na fôrma untada. Cubra e deixe crescer por 30 minutos. Aqueça o forno em temperatura média.

4 Asse por 50 minutos. Retire da fôrma, deixe esfriar e sirva.

EDUARDO POZELLA

pãozinho de mandioca com lingüiça

fácil

60 unidades

75 calorias por unidade

INGREDIENTES

4 1/2 (xícara) de **farinha de trigo**
1 (xícara) de **água** morna
1 (xícara) de **mandioca** crua ralada grosso
1/2 (xícara) de **manteiga**
1/2 (colher) (chá) de **sal**
300 g de **lingüiça portuguesa** ou **calabresa defumada** picada
2 **ovos**
1 tablete de **fermento biológico** fresco (15 g)

ACESSÓRIO

Assadeira grande

PREPARO

1 Dissolva o fermento na água.

2 Numa tigela, coloque quatro xícaras da farinha. Faça uma depressão no centro e junte o fermento dissolvido, a manteiga, os ovos, o sal e a mandioca. Misture, fazendo movimentos circulares de dentro para fora, até obter uma massa uniforme.

3 Aos poucos, retire colheradas da massa e passe na farinha restante. Abra a massa na palma da mão e recheie com duas colheres (chá) de lingüiça. Feche formando uma bolinha.

4 Coloque na assadeira sem untar e deixe descansar até dobrar de volume. Aqueça o forno em temperatura alta e asse por 30 minutos ou até os pãezinhos ficarem com a parte inferior bem dourada. Coloque numa travessa e sirva.